

STUDIEN ZUR ALTÄGYPTISCHEN KULTUR

SIMONE GERHARDS

# Konzepte von Müdigkeit und Schlaf im alten Ägypten



Beiheft 23

Buske

Studien zur Altägyptischen Kultur

Beihefte | Band 23

STUDIEN ZUR  
ALTÄGYPTISCHEN KULTUR  
BEIHEFTE

Herausgegeben von  
Jochem Kahl und Nicole Kloth



Band 23

HELMUT BUSKE VERLAG  
HAMBURG

SIMONE GERHARDS

# Konzepte von Müdigkeit und Schlaf im alten Ägypten

HELMUT BUSKE VERLAG  
HAMBURG

Die *Studien zur Altägyptischen Kultur* (SAK), gegründet 1974, erscheinen jährlich in ein bis zwei Bänden. Die seit 1988 erscheinenden Beihefte sind Kongressakten und Monografien vorbehalten. Manuskripte erbeten an die Herausgeber oder an den Verlag:

*Helmut Buske Verlag GmbH*  
Richardstr. 47  
D-22081 Hamburg  
sak@buske.de

Herausgeber:

*Prof. Dr. Jochem Kahl*  
Ägyptologisches Seminar  
Freie Universität Berlin  
Fabeckstr. 23–25, Raum 0.0056  
D-14195 Berlin  
jochem.kahl@fu-berlin.de

*Dr. Nicole Kloth*  
Sondersammelgebiet Ägyptologie  
Universitätsbibliothek  
Plöck 107–109  
D-69117 Heidelberg  
kloth@ub.uni-heidelberg.de

Beirat:

Prof. Dr. Hartwig Altenmüller (Hamburg)  
Prof. Dr. Manfred Bietak (Wien)

Prof. Dr. Angelika Lohwasser (Münster)  
Prof. Dr. Joachim Friedrich Quack (Heidelberg)

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der  
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten  
sind im Internet über <https://portal.dnb.de> abrufbar.

ISBN (Print) 978-3-96769-070-5  
ISBN (eBook-PDF) 978-3-96769-072-9  
ISSN (SAK-Beihefte) 0934-7879

Dissertation, Johannes Gutenberg-Universität Mainz, D77

© 2021 Helmut Buske Verlag GmbH, Hamburg. Alle Rechte vorbehalten. Dies gilt auch für Vervielfältigungen, Übertragungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen, soweit es nicht §§ 53 und 54 UrhG ausdrücklich gestatten. Gedruckt auf alterungsbeständigem Papier gemäß DIN 6738. Satz: Simone Gerhards. Druck und Bindung: druckhaus köthen, Köthen. Printed in Germany. [www.buske.de](http://www.buske.de)

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	IX
<b>1 Einleitung und Vorüberlegungen.....</b>	<b>1</b>
1.1 Forschungsfragen, Ziele und Eingrenzung des Themas .....	1
1.2 Diskussion des Forschungsstands.....	3
1.2.1 Ägyptologie.....	3
1.2.2 Schlafkulturforschung.....	11
1.2.3 Müdigkeitsforschung.....	22
1.2.4 Medizinische Forschung .....	23
1.3 Aufbau der Arbeit .....	26
1.3.1 Gliederung der Arbeit.....	26
1.3.2 Theoretischer Hintergrund .....	27
1.3.3 Quellenrecherche und -sammlung.....	29
1.3.4 Begriffsdefinition: Konzept .....	30
1.3.5 Methodik und Vorgehensweise .....	31
<b>2 Bedeutungsanalyse der Lexeme.....</b>	<b>37</b>
2.1 Konzeptuelles Feld: MÜDIGKEIT .....	38
2.1.1 <i>hd</i> – geschwächt sein = müde sein.....	41
2.1.2 <i>wj;wj;</i> – schwach sein = träge sein .....	46
2.1.3 <i>wrd</i> – müde sein; von etw. ermüden = sich mit etw. abmühen.....	47
2.1.4 <i>j;hm.w-wrd</i> – die, die keine Müdigkeit kennen = die Unermüdlichen .....	68
2.1.5 <i>wrd-jb</i> – mit müdem Körperinneren/Herzen .....	71
2.1.6 <i>wh(;)s</i> – müde sein, durch etw. ermüden = nachlässig sein .....	82
2.1.7 <i>b;gj</i> – bewegungsunfähig/bewusstlos sein = nachlässig sein.....	87
2.1.8 <i>nnj</i> – regungslos sein = gleichgültig sein, jmd. vernachlässigen.....	104
2.1.9 Ergebnisse der Klassifikatoren-Analyse .....	124
2.1.10 Ergebnisse der semantischen Analyse.....	127
2.2 Konzeptuelles Feld: SCHLAF.....	132
2.2.1 <i>w</i> – (nicht) die Augen schließen = (nicht) schlafen .....	133
2.2.2 <i>bmj</i> – schlummern .....	139
2.2.3 <i>nm</i> – (sich auf die Seite) legen, liegen, schlafen .....	146
2.2.4 <i>sdr</i> – die Nacht verbringen, schlafen, liegen, (etw.) ruhen lassen > (sich) hinlegen.....	154
2.2.5 <i>qdd/qd/qd.t</i> – Schlaf, Traum .....	183
2.2.6 Ergebnisse der Klassifikatoren-Analyse .....	192
2.2.7 Ergebnisse der semantischen Analyse.....	196
2.3 Zusammenfassung der Bedeutungs- und Klassifikatorenanalyse .....	197
<b>3 Beschreibung der bildlichen Quellen .....</b>	<b>199</b>
3.1 Müdigkeit und Schlaf im Flachbild .....	199
3.2 Müdigkeit und Schlaf im Rundbild .....	206
<b>4 MÜDIGKEIT: Konzeptbestandteile und Metaphern .....</b>	<b>213</b>
4.1 MÜDIGKEIT in Bezug auf den Körper .....	214

4.1.1 Körperteile, -funktionen und -position.....	214
4.1.2 MÜDIGKEIT IST IMPOTENZ .....	216
4.1.3 MÜDIGKEIT BEFINDET SICH IM KÖRPER.....	216
4.1.4 MÜDIGKEIT IST VON AUSSEN SICHTBAR .....	217
4.1.5 Der müde Ba .....	217
4.1.6 MÜDIGKEIT IST EINE KRANKHEIT .....	218
4.1.7 MÜDIGKEIT IST MACHT- UND KRAFTLOSIGKEIT.....	218
4.1.8 MÜDIGKEIT IST UNAUFMERKSAMKEIT.....	218
4.1.9 Körperliche Gründe für MÜDIGKEIT .....	219
4.1.10 Entgegenwirken von MÜDIGKEIT.....	220
4.1.11 Intensität von MÜDIGKEIT .....	220
4.2 TOD IST MÜDIGKEIT.....	221
4.3 MÜDIGKEIT in Bezug auf Götter.....	223
4.3.1 Müde und nicht müde Götter .....	223
4.3.2 MÜDIGKEIT IST FEINDLICHE KONTROLLE.....	226
4.4 MÜDIGKEIT in Bezug auf Naturphänomene .....	226
4.4.1 Wasser und Sonnenlauf .....	226
4.4.2 MÜDIGKEIT in Bezug auf Nacht und Dunkelheit .....	228
4.5 MÜDIGKEIT in Bezug auf Ort und räumliche Orientierung .....	228
4.5.1 MÜDIGKEIT in Bezug auf Orte .....	228
4.5.2 MÜDIGKEIT IST EIN RAUM.....	229
4.5.3 In MÜDIGKEIT FLIEHEN .....	230
4.5.4 MÜDIGKEIT IST UNTEN .....	231
<b>5 SCHLAF: Konzeptbestandteile und Metaphern.....</b>	<b>233</b>
5.1 SCHLAF in Bezug auf den Körper .....	233
5.1.1 Herz/Körperinneres .....	233
5.1.2 Leib und Körper generell .....	234
5.1.3 SCHLAF als körpereigene und externe Kraft.....	235
5.1.4 Der schlafende Ba .....	235
5.1.5 Augen und Sehvermögen .....	236
5.1.6 SCHLAF in Bezug auf Inaktivität und Unaufmerksamkeit.....	237
5.1.7 Regeneration, (Wieder-)geburt und Wachstum .....	239
5.1.8 Krankheit und Heilung .....	242
5.1.9 Alkoholbedingter Schlaf und schlaffördernde Substanzen .....	244
5.1.10 MÜDIGKEIT als Voraussetzung für den Schlaf.....	244
5.1.11 Intensität von SCHLAF.....	245
5.2 TOD IST SCHLAF .....	245
5.3 SCHLAF in Bezug auf Götter .....	250
5.3.1 Schlafende und nicht schlafende Götter.....	250
5.3.2 SCHLAF als Voraussetzung für Träume.....	253
5.4 SCHLAF in Bezug auf Naturphänomene .....	254
5.4.1 Nordwind.....	254
5.4.2 Licht und Dunkelheit als natürliche Kräfte .....	254
5.4.3 DUNKELHEIT entsteht durch Schlaf .....	255
5.5 SCHLAF in Bezug auf Ort und räumliche Orientierung.....	256
5.5.1 Schlafstätten und die Gestaltung des Schlafplatzes .....	256
5.5.2 Räumliche Möglichkeiten für den nächtlichen Toilettengang .....	263

5.5.3 SCHLAF IST EIN RAUM .....	264
5.5.4 SCHLAF IST UNTEN und SCHLAF IST HORIZONTALITÄT .....	264
5.6 SCHLAF in Bezug auf Gesellschaft und Sozialgefüge .....	267
5.6.1 Am Schlaf beteiligte Personen .....	267
5.6.2 SCHLAF als Ausdruck für den Geschlechtsverkehr .....	268
5.6.3 Störung des SCHLAFES durch Streit, Sorge und Grübeln .....	270
5.6.4 Traurigkeit, Sehnsucht und psychische Leidenszustände .....	271
5.6.5 Hunger, Fasten und Durst .....	271
5.6.6 Arbeitsverpflichtungen in der Nacht .....	273
5.6.7 Angriffe und Überfälle im Schlaf .....	273
5.6.8 Verwundbarkeit im Schlaf .....	274
5.7 SCHLAF in Bezug auf Zeit .....	277
5.7.1 Zeiten für SCHLAF .....	277
5.7.2 SCHLAF als Zeitreferenz .....	279
<b>6 Fazit .....</b>	<b>281</b>
<b>7 Verzeichnisse .....</b>	<b>287</b>
7.1 Vorkommen von <i>sdr</i> in den literarischen Texten (Mittleres Reich) .....	287
7.2 Vorkommen von <i>sdr</i> in den literarischen Texten (Neues Reich) .....	287
7.3 Vorkommen von <i>qdd</i> in den literarischen Texten (Neues Reich) .....	291
7.4 Tabellenverzeichnis .....	293
7.5 Abbildungsverzeichnis .....	294
7.6 Belegstellenverzeichnis .....	295
7.7 Allgemeine Abkürzungen .....	302
7.8 Textkritische Zeichen .....	306
7.9 Abkürzungen für Schriften und Reihen .....	307
7.10 Literaturverzeichnis .....	308
<b>8 Indices .....</b>	<b>377</b>
Tafelteil .....	391



## Vorwort

Bei der vorliegenden Arbeit handelt es sich um meine Dissertationsschrift, die im Juli 2020 am Fachbereich 07 „Geschichts- und Kulturwissenschaften“ der Johannes Gutenberg-Universität vertheidigt wurde. Für die Drucklegung wurde die Fassung inhaltlich und formal leicht überarbeitet.

Die Idee der Untersuchung basiert auf meiner 2012 verfassten Magisterarbeit, die sich mit der Semantik und Metaphorik der Verben des Schlafes im alten Ägypten beschäftigt hat. Schnell stellte ich während der Bearbeitung fest, dass dieses Forschungsthema so viel mehr Anknüpfungspunkte bot, als im Rahmen einer kleinen Studie verfolgt werden konnten. Das Lesen und Einbinden von Schlafkulturstudien aus anderen Forschungsbereichen war zwar zeitintensiv, aber half mir inhaltlich den Blick für die ägyptischen Quellen zu schärfen. Mein Forschungsvorhaben wurde zusätzlich durch die Aufnahme des Themenbereichs der Müdigkeit erweitert, der in der Geschichtswissenschaft bisher noch keine große Beachtung gefunden hat.

Von Beginn an förderte und unterstützte mich meine Doktormutter Prof. Dr. Ursula Verhoeven-van Elsbergen mit ihrem großen Fachwissen und ihrer reichhaltigen Erfahrung. Sie war es auch, die damals den Ideenanstoß für die Magisterarbeit zum Thema Schlaf gab. Herzlich möchte ich mich für ihr stets offenes Ohr, das fortwährende Interesse am Fortschritt der Arbeit, ihre Motivation und die konstruktiven Anregungen bedanken, die mir immer sehr weitergeholfen haben. Ebenfalls möchte ich Prof. Dr. Doris Prechel aus dem Bereich der altorientalischen Philologie danken, die die Zweitbetreuung meiner Arbeit übernommen hat und diese mit vielen Anregungen und Hinweisen bereichern konnte.

Besondere Anschlussfähigkeit bot das Thema am Graduiertenkolleg 1876 „Frühe Konzepte von Mensch und Natur“, bei dem ich assoziiertes Mitglied war und meine Profilbildung in Theorien und Methoden schärfen konnte. Daher gilt mein weiterer Dank den Kollegiatinnen und Kollegiaten sowie dem Trägerkreis des GRK 1876 für die vielen Gespräche, Diskussionen und Erfahrungen, die ich während meiner Promotionszeit zusätzlich führen und sammeln konnte. Auch für die finanzielle Unterstützung bei Reise- und Materialkosten sei dem GRK 1876 herzlich gedankt.

Weitere wichtige Impulse für die Arbeit gaben Gespräche mit Prof. Dr. Tanja Pommerening und Prof. Dr. Christine Walde, die beide stets am Fortgang der Arbeit interessiert waren.

In verschiedenen Gesprächen und Diskussionen erhielt ich für meine Arbeit wertvolle Anregungen und konstruktive Kritik, für die ich mich insbesondere bei meinen Kolleginnen und Kollegen Dr. Victoria Altmann-Wendling, PD Dr. Dagmar Budde, Dr. Nadine Gräßler, Svenja A. Gülden M. A., Dr. (Univ./Moskau) Alexander Ilin-Tomich, Jessica Kertmann M. A., Dr. Andrea Kilian, Tobias Konrad M. A., Dr. Sandra Sandri und Dr. Monika Zöller-Engelhardt bedanken möchte. Ganz besonderer Dank sei hier Nadine Gräßler, Jessica Kertmann und Andrea Kilian ausgesprochen, die nicht müde wurden, die Arbeit im Ganzen oder in Teilen Korrektur zu lesen sowie Tobias Konrad, der mich bei allen Tücken von Typografie und Layoutgestaltung unterstützt hat. Außerdem danke ich allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern des Kolloquiums für Examenskandidatinnen und -kandidaten der Bereiche Ägyptologie und Altorientalistik, Ruth Kreis-Thies, den Hilfskräften des Arbeitsbereichs Ägyptologie sowie des Akademie-Projekts „Altägyptische Kursivschriften“.

Zudem danke ich herzlich Prof. Dr. Jochem Kahl und Dr. Nicole Kloth für die Möglichkeit in den Beiheften der Studien zur Altägyptischen Kultur publizieren zu dürfen. An dieser Stelle sei auch den Mitarbeitern des Helmut Buske Verlags für die Unterstützung in der Layoutgestaltung gedankt.

Ein ganz besonderer Dank gilt meiner Familie und meinen Freunden, die mir stets ein moralischer Beistand waren. Meine Eltern Dagmar und Herbert Gerhards haben mich nicht nur

vorbehaltlos in meinem bisherigen Lebensweg unterstützt, sondern durch ihren uneingeschränkten und liebevollen Beistand mein Studium möglich gemacht. An letzter, jedoch eigentlich erster Stelle möchte ich meinem Mann Michael Seelmann-Eggebert danken. Ich bin ihm zutiefst für sein unermüdliches und geduldiges Zuhören, seine immerwährende Hilfe, seine Rücksichtnahme, die vielen Aufmunterungen sowie für jede liebevolle Umarmung in der auch aufgrund der Covid-19-Pandemie für mich emotionalen und anstrengenden Endphase der Dissertation dankbar.

Simone Gerhards  
Mainz, April 2021

# 1 Einleitung und Vorüberlegungen

## 1.1 Forschungsfragen, Ziele und Eingrenzung des Themas

Schlaf wird einerseits als intimer und verletzlicher, andererseits auch banaler und unbewusster Zustand des Lebens empfunden. Der Mensch kann sich dem Kreislauf aus Müdigkeit, Schlaf und Wiedererwachen nicht entziehen. Durch seine gewöhnliche biologisch bedingte, gleichförmige Wiederkehr scheint der Schlaf auf den ersten Blick trivial und Forschungen darüber überflüssig – doch auf den zweiten Blick erschließt sich ein äußerst spannendes Forschungsfeld, das keineswegs gewöhnlich ist. Erkenntnisse über den Schlaf spiegeln spezifische soziale Normen und Verhaltensweisen, Emotionen, Assoziationen, Aspekte der sozialen Interaktion und auch Ängste von Individuen und Gesellschaften wider. Genau diese Merkmale gilt es, in einer Untersuchung zur Schlafkultur herauszuarbeiten, um sie mit denen anderer Kulturen vergleichen zu können. Dadurch lassen sich mögliche evolutionsbiologische, konvergente, aber auch universale Verhaltensweisen, kulturelle Spezifitäten und mitunter sogar Tradierungen aufdecken. Schon ein kurzer kulturübergreifender Blick auf Schlaf und bspw. Erwachen zeigt vielfältige Adaptionen: in der Religion wird z. B. Buddha als der Erwachte<sup>1</sup> bezeichnet und in der Literatur denkt man nur an Dornröschen und Schneewittchen<sup>2</sup>. Eine Besonderheit dieser Dissertation ist, dass nicht nur der Schlaf selbst, sondern auch sein Bezug zur Müdigkeit im Fokus stehen. Bisher ist dieser erweiterte Untersuchungsgegenstand noch in keiner wissenschaftlich-historischen Schlafuntersuchung berücksichtigt worden. Auch wenn seit den 1990er-Jahren Überblickswerke zum Schlafverhalten der Menschheit entstehen, beginnt bei diesen der historische Abriss entweder mit der klassischen Antike<sup>3</sup> oder bezieht sich für das alte Ägypten nur auf Sekundärquellen<sup>4</sup>.

Für die Ägyptologie stellt der Schlaf ein bislang noch nicht beachtetes Forschungsfeld dar, das viele unterschiedliche Bereiche tangiert. Müdigkeit, Schlaf und auch das damit in Zusammenhang stehende Erwachen sind bspw. stark an den Rhythmus aus Tag und Nacht bzw. Helligkeit und Dunkelheit geknüpft, werden durch unterschiedliche Lexeme<sup>5</sup> differenziert, spielen im heilkundlich-magischen Bereich eine Rolle und sind besonders in der Mythologie und den Jenseitsvorstellungen metaphorisch präsent.

Obwohl Traum und Träumen eng mit dem Schlaf verbunden sind, wird dieser Themenbereich in der vorliegenden Arbeit nicht als eigenständiger Forschungsgegenstand verstanden und auch nicht ausführlich untersucht, da zum einen bereits eine Vielzahl an ägyptologischen Arbeiten dazu existieren<sup>6</sup> und zum anderen durch die Fülle an Quellen der Rahmen des Dissertationsprojekts überschritten würde. Dennoch werden relevante Belegstellen zu Traum und Träumen in

<sup>1</sup> Freiberger/Kleine, Buddhismus, 36. Im Buddhismus wird das Schlafen als eine von fünf Grundbedürfnissen gesehen, die der Mensch zu kontrollieren hat, siehe Steger, (Keine) Zeit zum Schlafen, 35.

<sup>2</sup> KHM 50 bzw. KHM 53.

<sup>3</sup> Siehe z. B. die Überblickswerke von Brunt/Steger, in: Brunt/Steger (Hgg.), Sleep; Brunt/Steger, in: Brunt/Steger (Hgg.), Night-Time; Green/Westcombe, in: Green/Westcombe (Hgg.), Sleep, in denen Schlaf im alten Ägypten nicht thematisiert wird. Bei Williams, Sleep and Society, 9 widmen sich die ersten beiden Kapitel einem geschichtlichen Überblick zum Schlaf, der mit der griechischen Antike beginnt; so auch bei Borbely, Schlaf, 4, 6.

<sup>4</sup> Siehe z. B. den Artikel „Sleep in Ancient Egypt“ im Kontext der Medizingeschichte von Assam, in: Chokroverty/Billard (Hgg.), Sleep, 13–19; Dällenbach, Schlaf und Schlaflosigkeit im Alten Testament, 126–148; zu weiteren nicht-ägyptologischen Werken, die sich mit dem Schlaf beschäftigen, siehe Kapitel 1.2.2

<sup>5</sup> In dieser Arbeit wird eine weitgefasste Definition von „Lexem“ angewandt, die auch wortartübergreifende Bedeutungseinheiten unter einem Lexem subsumiert. Ein solcher Lexemverband kann aus Verben sowie substantivischen Ableitungen bestehen und stellt eine abstrakte linguistische Einheit dar.

<sup>6</sup> Siehe einführend mit weiteren Verweisen Vernus, in: LÄ VI, 1986, Sp. 745–749, s. v. Traum; Zibelius-Chen, in: SAK 15, 1988, 277–293; Szpakowska, Dreams and Nightmares; Szpakowska, Behind Closed Eyes; Walde, in: Walde/Krovoza (Hgg.), Traum und Schlaf, 55–58.

den Fällen berücksichtigt, wenn sie dazu beitragen, die Konzepte von Müdigkeit und Schlaf zu eruieren. Ähnlich wird auch mit den Themenbereichen Betten, Kopfstützen und Schlafräumen im archäologischen Kontext verfahren – eine allumfassende Quellenanalyse ist aufgrund der reichen Materialfülle nicht möglich, relevante Belege werden aber in die Auswertung einbezogen. Auf diese Weise können neben den direkten Quellen zu Müdigkeit und Schlaf auch indirekte Belege, wie z. B. Erwähnungen über nächtliche Tätigkeiten (z. B. Arbeitsdienst oder Rituale), die Schlafarchitektur (Gestaltung des Schlafplatzes) und Schlafhygiene (Gewohnheiten wie Bettgezeiten) sowie Erwähnungen von Träumen herangezogen werden, da sie zusätzliche Wissensbestandteile preisgeben.

Als Quellen dieser Untersuchung dienen hauptsächlich schriftliche Belegstellen zu den Bedeutungsfeldern Müdigkeit und Schlaf aus der Zeit vom Alten Reich bis zum Ende des Neuen Reiches (2800 bis 1070 v. Chr.), die mit flachbildlichen, rundplastischen sowie materiellen Hinterlassenschaften kontextualisiert werden, um das verschriftlichte Wissen mit der bildlichen bzw. materiellen Realität abzugleichen und eventuelle Diskrepanzen aufzuzeigen. Auf zeitlich spätere Belege wird ggf. innerhalb der Kapitel verwiesen. Die zeitliche Einschränkung ist durch die Belegfülle und die sich mit Beginn der 3. Zwischenzeit wandelnden Konzepte aufgrund der Fremdherrschaften in Ägypten begründet. Die vorliegende Arbeit soll daher zunächst ein Grundlagenwerk bilden, das zur weiteren Beschäftigung mit dem Thema anregt. Durch eine multimodale Herangehensweise sollen das Wissen und die Assoziationen der alten Ägypter bzgl. Müdigkeit und Schlaf so weit wie möglich rekonstruiert und die dahinterliegenden Konzepte aufgedeckt werden. Als Konzept wird hier eine strukturierte Menge an kognitiven Einheiten zu einem bestimmten Thema verstanden, die durch unterschiedliche sprachliche, bildliche oder materielle Repräsentationen Vorstellungen preisgeben und Sachverhalte aufweisen.<sup>7</sup>

Neben den kulturwissenschaftlichen Fragestellungen zu Dauer und Ort von Müdigkeit und Schlaf, zur Gestaltung des Schlafplatzes und den am Schlaf beteiligten Personen<sup>8</sup> behandelt die vorliegende Arbeit die folgenden übergeordneten Forschungsfragen:

- Mit welchen Worten wurden Müdigkeit und Schlaf ausgedrückt, wie unterscheiden sich diese und lassen sich textartenbedingte oder kontextuelle Disparitäten feststellen?
- Wie erklärten die alten Ägypter Müdigkeit und Schlaf aus emischer Perspektive?
- Mit welchen körperlichen Aspekten wurden Müdigkeit und Schlaf assoziiert?
- Welche Empfindungen und Ängste verbanden die Ägypter mit Müdigkeit und Schlaf?
- Wie wurden Müdigkeit und Schlaf im Kontext von magisch-heilkundlichen Texten erwähnt und perspektiviert?
- Welche Aspekte von Müdigkeit und Schlaf wurden mit Gottheiten und Dämonen in Verbindung gebracht?
- Wie und wann wurden Müdigkeit und Schlaf als Metaphern gebraucht, wie haben sich diese entwickelt und welche Funktionen liegen ihnen zugrunde?

Die hier gelisteten Fragen sind nicht als statisch zu begreifen, sondern dienen als dynamische Ausgangspunkte bei der Frage, welche altägyptischen Wissensbereiche und Forschungsperspektiven die Dissertation behandelt bzw. einnimmt. Je nach Fragestellung kommen dabei unterschiedliche Methoden<sup>9</sup> zum Einsatz, da einerseits die Quellen und andererseits die Themenbereiche von sehr unterschiedlicher Natur sind.

<sup>7</sup> Zur ausführlichen Definition von Konzept siehe Kapitel 1.3.4.

<sup>8</sup> Hierunter fallen die Anwesenheit von domestizierten Tieren wie Hunde oder Rinder, aber auch Störung des Schlafes durch Insekten und Parasiten, siehe kulturübergreifend Kapitel 1.2.2 sowie für das alte Ägypten Kapitel 5.5.1.

<sup>9</sup> Siehe zur Methodik Kapitel 1.3.5.

Das übergreifende Ziel der Dissertation ist es, eine Beschreibung der Empfindungen und des Wissensspektrums der alten Ägypter über Müdigkeit und Schlaf zu geben, deren Zusammenhänge zu rekonstruieren und darüber hinaus an geeigneter Stelle mit den Konzeptbestandteilen anderer Kulturen zu vergleichen.<sup>10</sup> Dadurch soll die vorliegende Dissertation nicht nur Ägyptologinnen und Ägyptologen, sondern auch Forschenden anderer Fachgebiete wie der Anthropologie, Medizin, Psychologie, Religionswissenschaft u. v. m. als ein Nachschlagewerk zum Thema Schlaf im alten Ägypten dienen.

### *1.2 Diskussion des Forschungsstands*

Die folgende Literaturübersicht zeigt die wichtigsten Positionen, Entwicklungen sowie Kontroversen in der Forschung und verortet die vorliegende Arbeit im fachlichen, aber auch interdisziplinären Diskurs. Der Forschungsstand wird in ägyptologische, kulturwissenschaftliche und aktuelle medizinische Untersuchungen aufgeteilt. Der Blick auf den Forschungsstand geschichts-, kultur- und sprachwissenschaftlicher sowie medizinischer Arbeiten zeigt auf, dass zwar in anderen Disziplinen das Wissen um und die Bedeutung von Müdigkeit und Schlaf besser erforscht sind, aber manche Phänomene noch immer nicht erklärt werden können.

#### *1.2.1 Ägyptologie*

In der ägyptologischen Literatur gibt es zum Themenkomplex Müdigkeit und Schlaf keine übergreifenden Monografien oder andere größeren Arbeiten. Aus diesem Grund ist der folgende Überblick in die zwei Hauptuntersuchungsbereiche der Dissertation unterteilt. Da Müdigkeit und Schlaf in vielen Lebenssituationen von Bedeutung sind, ist die Aufbereitung des Forschungsstandes in sich nach weiteren Kategorien geordnet. So werden die bereits getätigten Überlegungen zu Einzelaspekten wie bspw. der Metaphorik kurz beschrieben und Forschungslücken aufgezeigt.<sup>11</sup> Auch wenn Schlaf und Müdigkeit das Schlafmobiliar wie bspw. Betten und Kopfstützen sowie den Schlafraum tangieren, wird der Wissensstand dazu an geeigneter Stelle in den auswertenden Kapiteln eingearbeitet. Publikationen zum Traum werden hier nicht gesondert vorgestellt, sondern ebenfalls im Rahmen der Hauptthemenbereiche erwähnt.

#### *Müdigkeit*

Zur Müdigkeit existieren bisher keine Überblicksarbeiten – vereinzelt gibt es Artikel, die sich mit einem bestimmten Aspekt von Müdigkeit beschäftigen. Merzeban widmete sich 2007 als erste überhaupt der Müdigkeit im Kontext bildlicher und schriftlicher Quellen. In „Tired Workers in Old Kingdom Daily Life Scenes“ analysiert sie Arbeiterreden aus dem Alten Reich, in denen direkt und indirekt von Müdigkeit und Erschöpfung gesprochen wird.<sup>12</sup> Sie kommt zu dem Schluss, dass Beschwerden über eine aufkommende Müdigkeit nur sehr selten geradeheraus in den Arbeiterreden zu finden seien.<sup>13</sup> Allerdings gäbe es umgekehrt viele Textstellen, die von einer persönlichen Hingabe und Freude an harter Arbeit berichten.<sup>14</sup> Sie unterteilt die Kurzuntersuchung der altägyptischen Grabszenen in sechs Teile, nämlich Inschriften, in denen sich Arbeiter über ihre Tätigkeit beschweren, sich selbst eine Pause gönnen, sich ermahnen fleißig zu bleiben, beteuern nicht nachlässig zu sein und bekräftigen, hart sowie genau zu arbeiten – der

<sup>10</sup> Der kulturübergreifende Vergleich ist nicht immer möglich, da (u. a. auch durch die Methodenwahl begründet) teilweise kein oder nur unzureichendes Vergleichsmaterial zur Verfügung steht.

<sup>11</sup> Diese Kategorisierung dient ausschließlich der Übersichtlichkeit für die Leserinnen und Leser und hat keine Auswirkungen auf die Methodik der vorliegenden Arbeit.

<sup>12</sup> Merzeban, in: MDAIK 63, 2007, 225–247, Tf. 27–32.

<sup>13</sup> Merzeban, in: MDAIK 63, 2007, 226, 245.

<sup>14</sup> Merzeban, in: MDAIK 63, 2007, 225.

sechste Teil ist ein Vergleich mit modernen arabischen Ausdrücken. Sie führt auf, dass nur in drei Szenen explizit davon gesprochen werde, dass eine Person aufgrund einer Arbeitsleistung ermüdet sei.<sup>15</sup> Zusätzlich führt sie die bildlichen Grabszenen des Alten Reichs auf, in denen eine Person während einer Arbeitspause etwas trinkt oder isst und auf diese Weise eine körperliche Ermüdung ausdrücken sollen.<sup>16</sup> Zu dieser Thematik bemerkte bereits Dominicus, dass Müdigkeit, Ausrufen oder Schlafen in den Grabszenen des Alten und Mittleren Reiches durch eine hockende Körperposition und auf den Knien aufgestützte Arme ausgedrückt werde (siehe Kapitel 3.1).<sup>17</sup>

Müdigkeit in Bezug auf eine metaphorische Bedeutung untersuchte jüngst El-Sayyad, der der Frage nachging, welche Verbindung mutmaßlich blinde, müde und schlafende Türwächter in Bild- und Textquellen des Neuen Reiches aufweisen.<sup>18</sup> Seiner Meinung nach ist das Imago eines müden bzw. blinden Türwächters nicht im Sinne einer zynischen oder humorösen Darstellung zu verstehen, sondern symbolisch oder metaphorisch gemeint, um dem Gott Re ein einfaches Passieren der unterweltlichen Tore zu ermöglichen.<sup>19</sup>

Müdigkeit kann zudem metaphorisch mit dem Abbau des Körpers und dem Sterben in Verbindung stehen, wie Grapow bereits 1934 beschrieb.<sup>20</sup> Weitere metaphorische Bereiche sind seiner Meinung nach zum einen in dem nur griechisch belegten Ausdruck des „müden Überschwemmungswassers“ sowie in der „Trägheit“ als Gegensatz zum „wachem Haupte“ zu finden.<sup>21</sup> Wirz und später auch Assmann<sup>22</sup> widmeten sich in diesem Zusammenhang der Müdherzigkeit (*wrd jb*). Wirz führt unter Berücksichtigung von Belegstellen des Neuen Reiches und der Sargtextssprüche aus, dass der Ausdruck der Müdherzigkeit in den Quellen immer dann zu finden sei, wenn es (direkt oder indirekt) um die Wiederbelebung von Osiris durch Isis gehe.<sup>23</sup> Assmann schreibt im Kontext des Körperbildes der alten Ägypter, dass eine Mattigkeit des Herzens einerseits zum Vorstadium des Todesschlafes gehört habe, andererseits aber auch den Todesschlaf an sich bezeichnen konnte.<sup>24</sup> Als Beispiel führt er die Lehre des Ptahhotep auf, in der in den Einleitungsversen vom Zerfall des Körpers im Alter und insbesondere von der Ermüdung des Herzens gesprochen wird.<sup>25</sup> Einer möglichen Tradierung von *wrd jb* in die biblische Überlieferung geht Görg nach.<sup>26</sup> Das hebräische Lexem *tardemā* (Tiefschlaf/Ektase) beschreibt in Gen 2,21 den Schlaf, in den Adam versetzt wurde, bevor ihm eine Rippe für die Erschaffung Evas entfernt wurde. Diesen Ausdruck möchte Görg mit dem ägyptischen Wort für die Müdherzigkeit in Verbindung bringen. In seiner Rückführung geht er jedoch sehr spekulativ vor: Ausgehend von dem nicht belegten Ausdruck *t-b-wrd.t-jb*<sup>27</sup> für die Müdherzigkeit liegt für ihn eine Hebraisierung zu *tardemā* vor, die allerdings aufgrund der Beleglage als äußerst unwahrscheinlich anzusehen ist.<sup>28</sup>

<sup>15</sup> Merzeban, in: MDAIK 63, 2007, 226. Siehe zu ihrem 2. Beleg **B.13**. Vgl. auch **B.12**.

<sup>16</sup> Merzeban, in: MDAIK 63, 2007, 228, Anm. 21.

<sup>17</sup> Dominicus, Gesten und Gebärden, 68, 75.

<sup>18</sup> El-Sayyad, in: EJARS 4/2, 2014, 119–128; siehe dazu auch Kapitel 3.1.

<sup>19</sup> El-Sayyad, in: EJARS 4/2, 2014, 127. Anders sieht es z. B. Houlihan, Wit & Humor, 47, der das Bild eines müden Torwächters für einen Running Joke hält.

<sup>20</sup> Grapow, Bild. Ausdrücke, 139.

<sup>21</sup> Grapow, Bild. Ausdrücke, 139–140.

<sup>22</sup> Assmann, Tod und Jenseits, 36–37.

<sup>23</sup> Wirz, Tod und Vergänglichkeit, 32.

<sup>24</sup> Assmann, in: Berkemer/Rappe (Hgg.), Herz, 143–172; Assmann, Tod und Jenseits, 36–37.

<sup>25</sup> Assmann, Tod und Jenseits, 37; siehe dazu **B.53**.

<sup>26</sup> Görg, in: BiblNot 110, 2001, 19–24; Görg, in: Kiesow (Hg.), Festschrift Peter Weimar, 204–205.

<sup>27</sup> Weder ist die feminine Form *wrd.t* in Verbindung mit *jb* noch sind *wrd jb* oder *wrd.t* in Verbindung mit dem Artikel *p*; bzw. *t*; belegt.

<sup>28</sup> Görg, in: BiblNot 110, 2001, 22–23; Görg, in: Kiesow (Hg.), Festschrift Peter Weimar, 204–205. Siehe dazu auch Dällenbach, Schlaf und Schlaflosigkeit im Alten Testament, 50, Anm. 168.

### *Schlaf*

Zum Thema Schlaf fehlt bisher ein Überblickswerk, wie es in anderen kulturgeschichtlichen Fächern bereits existiert.<sup>29</sup> Die umfangreichsten und ausführlichsten Informationen finden sich im Lexikon der Ägyptologie.<sup>30</sup> Schlichting führt in seinem Eintrag zunächst diejenigen Wörter auf, die seiner Meinung nach für den Begriff Schlaf existieren, und kommt dabei auf 14 Lexeme bzw. Ableitungen von diesen<sup>31</sup> (*jb:n*, *“w*, *wn*, *b:gj*, *mqmq*, *nm*, *nmnmw*, *nqdd*, *hdr*, *sdr*, *sdr r ssp*, *sdrw*, *qd/qdd*, *sqdd*), die aus Verben und Substantiven bestehen. Da er seine Auswahl nicht näher begründet, ist es nicht ersichtlich, warum er bspw. *b:gj* aufführt, *wrd* „erschöpft sein“ hingegen nicht erwähnt. Schlichting erläutert die Funktionen des Schlafes aus ägyptischer Sichtweise und kommt zu vier Hauptaufgaben: Regeneration, Vermittler von Träumen, Verbindungsbrücke von Gott und Mensch sowie Übergangsfeld zwischen Diesseits und Jenseits.<sup>32</sup> Dazu zitiert er de Bucks<sup>33</sup> Interpretation, dass der Mensch während des Schlafes in den Urozean Nun eintauche, um sich dadurch zu regenerieren. Weiter zählt Schlichting Gründe für Schlaflosigkeit auf: Lärm, verringertes Schlafbedürfnis im Alter, Sorgen sowie Krankheiten.<sup>34</sup> Zum medizinischen Bereich erwähnt er, dass die Menschen entweder versucht hätten, der Schlaflosigkeit mit Heilmitteln zu entgehen, oder bei größeren Problemen einen Tempel aufgesucht hätten, um während des Heilschlafes und mithilfe eines Gottes zu genesen.<sup>35</sup> Ein weiterer Bereich betrifft die Verbindung zwischen Schlaf und Traum. Durch den Tempelschlaf wurde versucht, Ausblicke in die Zukunft zu erhalten oder Rat zu finden. Schlichting erläutert, dass sich einem schutzlos ausgelieferten Schläfer Dämonen nähern konnten, die den Schlafenden mit ihrem Samen schwängern.<sup>36</sup> Zum Schluss beschreibt er, dass nicht nur Menschen, sondern auch Götter in einem Schlafzustand weilten und dass der Sempriester während des Mundöffnungsrituals in einen tranceartigen Schlaf gefallen sei, um in die jenseitige Welt einzutauchen und aktiv in das dortige Geschehen einzutreten.<sup>37</sup> Der Lexikonartikel ist gut geeignet, um einen ersten Überblick über die Thematik des Schlafes zu erhalten, allerdings fehlen u. a. kulturwissenschaftliche Überlegungen und diachrone Abgrenzungen.

Auf Schlichtings Artikel basierend erstellte der Theologe Dällenbach in seiner Dissertationschrift zu „Schlaf und Schlaflosigkeit im Alten Testament und seinen Nachbarkulturen“ ein Kapitel zum „Schlaf im Alten Ägypten“.<sup>38</sup> Er referiert mehrere Aspekte, die auch Schlichting erwähnte, wie bspw. die Lexeme und den Aspekt der Regeneration, jedoch aus einer an Assmann orientierten theologischen Perspektive und unter Nutzung der Sekundärquellen. So schlussfolgert er bspw., dass der Schlaf im alten Ägypten keine autonome Macht, sondern ein Ba-Konzept darstelle.<sup>39</sup> Dies lässt sich allerdings anhand der Primärquellen nicht verallgemeinern, da der Schlaf auch von einem Menschen Besitz ergreifen und als externe Kraft in das Herz eindringen kann.<sup>40</sup>

Die am häufigsten zitierte Publikation über den Schlaf – eine Abschrift einer 90-minütigen Vorlesung – stammt von dem bereits erwähnten Ägyptologen de Buck aus dem Jahre 1939.<sup>41</sup> Er bezieht sich in seiner Arbeit besonders auf einen Sonnenhymnus aus dem Papyrus Chester

<sup>29</sup> Siehe Kapitel 1.2.2.

<sup>30</sup> Schlichting, in: LÄ V, 1984, s. v. Schlaf, Sp. 642–644.

<sup>31</sup> Schreibweisen in diesem Absatz richten sich nach Schlichting.

<sup>32</sup> Schlichting, in: LÄ V, 1984, s. v. Schlaf, Sp. 642.

<sup>33</sup> De Buck, Slaap, siehe Diskussion zu **B.1**.

<sup>34</sup> Schlichting, in: LÄ V, 1984, s. v. Schlaf, Sp. 643.

<sup>35</sup> Schlichting, in: LÄ V, 1984, s. v. Schlaf, Sp. 643.

<sup>36</sup> Schlichting, in: LÄ V, 1984, s. v. Schlaf, Sp. 643; siehe zu dieser Interpretation Kapitel 5.7.2.

<sup>37</sup> Schlichting, in: LÄ V, 1984, s. v. Schlaf, Sp. 643.

<sup>38</sup> Dällenbach, Schlaf und Schlaflosigkeit im Alten Testament, 126–149.

<sup>39</sup> Dällenbach, Schlaf und Schlaflosigkeit im Alten Testament, 147.

<sup>40</sup> Siehe Kapitel 5.1.3.

<sup>41</sup> De Buck, Slaap.

Beatty IV (rto 11.8–9) aus der 19. Dynastie, in dem seiner Interpretation nach nicht nur die Sonne und der tote König bei Nacht in den Urozean Nun eintauchen, sondern auch alle Schlafenden.<sup>42</sup> In der genannten Textstelle wird jedoch wörtlich kein Schlafender erwähnt, sondern das vermutlich in diesem Papyrus singulär aufkommende Lexem *sjp.(w)*<sup>43</sup>, das mit „Ohnmacht“, „Schwäche“ oder „Angst“ übersetzt wird. Die folgende Tabelle listet die bisherigen Übersetzungen auf (Tab. 1).

**Tab. 1:** Übersetzungen für das Lexem *sjp.(w)*

Kurztitel	Jahr	Übersetzung
Gardiner, Hieratic Papyri in the British Museum I, 34	1935	Faintness (?)
Oswald, Concept of Amon-Re, 130	1968	Faintness (?)
Andreu/Cauville, in: RdE 29, 11	1977	Évanouissement
Meeks, AL I, 77.3386	1977	Évanouissement
Barucq/Daumas, Hymnes et prières, 247	1980	Faiblesse (?)
Assmann, in: TUAR II/6, 891	1991	Angst
Hannig, HandWb, 26241	2006	Ohnmacht
Popko, Hymnen auf Amun-Re, in: TLA	2021	Ohnmacht
TLA-WCN 128240	2021	Ohnmacht/Faintness (?)

Das Wort *sjp.(w)* kommt im Papyrus zweimal vor, jeweils in etwas unterschiedlicher Schreibung, aber in gleichem Kontext. In der hieratischen Schreibung ist es mit der vereinfachten Form für Feinde oder Fremdländer klassifiziert ⚡ (Möller-Nr. 49; ⚡ Zeichen Z6), die im Kontext von Müdigkeit und Schlaf nur bei dem Lexem *njj* in speziellem Kontext vorkommt.<sup>44</sup>

### B.1: Hymnus auf Amun-Re, pChester Beatty IV, rto 11.8–9, NR, 19. Dyn.<sup>45</sup>

<i>bw-nb šsp n=w<sup>46</sup> [11,8] sjp.w</i>	„Alle Leute, die ergriffen waren von [11,8] <i>sjp.w</i> (?):
<i>wbn=k 'nh=sn</i>	Gehst du auf, so leben sie.
<i>nfr.wy wbn=k m 'h.t {y}</i>	Oh, wie schön ist es, wenn du am Horizont aufgehst!
<i>tw=n m whm 'nh</i>	Wir sind einer, der das Leben wiederholt.
<i>'q.n=n Nw</i>	Als wir den Nun betraten,
<i>si_d.n=f<sup>47</sup> [11,9] {n} m n.ty šr.n=f rmpj</i>	ließ er [11,9] {uns} gedeihen als (einen), der anfing, jung zu sein.
<i>sfl // wnh ky</i>	Gelöst // angekleidet ein anderes.
<i>dw:=n nfr.w (n) hr=k</i>	Wir wollen die Schönheit deines Gesichts preisen.“

In Zeile rto 3.12–13 desselben Textes kommt *sjp.(w)* erstmals vor, hier allerdings mit einer *t*-Endung: // [bw]-nb šsp=sn *sjp.t r* // [3,13] *t:w* // *nfr.wy wbn=k m Nw* „// jedermann, indem sie (von)

<sup>42</sup> De Buck, Slaap, 6. Er selbst nimmt keine Transkription oder Übersetzung der Textstelle vor.

<sup>43</sup> In Pleyte/Rossi, Papyrus Turin, 40, Tf. 28, Z. 3 kommt in einem Hymnus an Amenophis I und Ahmes-Nefertari ein Lexem *sjp.(w)* mit gleichem Klassifikator vor. Es wird von Pleyte/Rossi mit „auserwählt“ übersetzt („élu étant“) und damit dem Lexem *sjp* „überweisen“ (Wb IV, 35.2–16) zugeordnet; siehe dazu DZA 22.541.800. Vgl. auch *sjp* „Überweisung“, das nach George, Schatten als Seele, 35 in den Unterweltbüchern das Überweisen in ein „unangenehmes Los“ bezeichnet.

<sup>44</sup> Siehe dazu Kapitel 2.1.8 und Kapitel 2.1.9 mit Tab. 8.

<sup>45</sup> Veröffentlicht von Gardiner, Hieratic Papyri in the British Museum II, Tf. 17. Für bisherige Bearbeitungen und Übersetzungen siehe Tab. 1. Für eine Abbildung siehe BM Online-Datenbank: [https://www.britishmuseum.org/collection/object/Y\\_EA10684-5](https://www.britishmuseum.org/collection/object/Y_EA10684-5), Zugriff 20.09.2020.

<sup>46</sup> Nach Popko, Hymnen auf Amun-Re, in: TLA stellt dies die einzige Stelle im Text dar, in der dieses neuägyptische Suffixpronomen belegt ist.

*sjp.t (?) ergriffen wurden /// Der Wind /// Wie schön ist es, wenn du aus dem Urwasser/Nun aufgehst!“*

De Bucks Deutung wird stets bei Abhandlungen über den Schlaf als gesichert angenommen.<sup>47</sup> Gemäß seiner Interpretation der Textstelle begäben sich Schlafende abends in den Urozean, um am nächsten Morgen verjüngt und gestärkt durch die Kräfte des Nun den neuen Tag zu beginnen.<sup>48</sup> Eine solche Vorstellung ist für die „Regungslosen“, ausgedrückt durch das Lemma *n nj* greifbar (siehe Kapitel 2.1.8 sowie Kapitel 4.4.1), und kann sich implizit mittels Verbindungen zu Sargtextsprüchen auch auf den Schlaf übertragen lassen (siehe Kapitel 5.1.7). Explizit wird jedoch nur in einer Stelle der Sargtextsprüche erwähnt, dass „der Vordere“ die Nacht im Urgewässer Nun auf seinem zweiten Gesicht verbringt (*sdr*), wobei die Bedeutung dieser Aussage unklar ist.<sup>49</sup> Der Gebrauchskontext aus dem oben genannten Hymnus ist daher nicht ohne weiteres auf die generellen Vorstellungen der alten Ägypter übertragbar, sondern muss zunächst als kontextspezifischer Bedeutungsaspekt gesehen werden. Es ist für de Buck ein eindeutiges Indiz, dass sich die alten Ägypter bereits über die regenerierende Wirkung bzw. Notwendigkeit des Schlafes bewusst waren.<sup>50</sup> Schlafende wie auch Tote befänden sich nach de Buck in einer Art gemeinsamen Zwischenwelt, in der sie über Träume miteinander kommunizieren können.<sup>51</sup> Er erläutert im Anschluss, dass die oben genannte Textstelle weitere Anhaltspunkte dafür liefere, dass auch Götter geschlafen haben. Er führt dazu aus, dass der tägliche Kult mit dem Wecken des Gottes und Öffnen seines Naos begann.<sup>52</sup> Wenn dieser am Abend wieder geschlossen wurde, weile der Gott in einer Sphäre ohne Raum und Zeit – also im Zustand des Schlafes.<sup>53</sup> Da sich ein Mensch während des Schlafes gleichzeitig im Jenseits aufhalte, ist es für de Buck nur folgerichtig, dass „schlafen“ und „sterben/tot sein“ mit denselben Wörtern ausgedrückt werden konnte. Dies stelle seiner Meinung nach keine Metapher dar, da die alten Ägypter davon ausgingen, dass Tote tatsächlich schliefen.<sup>54</sup> In einem weiteren Kapitel beschreibt er die Kopfstütze als Grabbeigabe und seine symbolische Anlehnung an die Schlafhaltung einer Mumie.<sup>55</sup> Die beiden letzten Kapitel widmet er einem Kulturvergleich von Schlaf/Tod in Ägypten und im antiken Griechenland.<sup>56</sup> De Bucks Interpretation der oben genannten Textstelle aus der 19. Dynastie liefert zwar Denkansätze zur weiteren Betrachtung, allerdings schneidet sie nur einen Teilbereich der religiösen Vorstellungen an und ist keineswegs auf die gesamte ägyptische Zeit übertragbar. Zudem enthält sie keine weiteren Überlegungen zu kulturhistorischen Fragestellungen oder philologischen Besonderheiten.

Hermsen ist im Jahre 2006 der erste, der de Bucks Interpretation der Textstelle aus dem ramessidischen Sonnenhymnus zwar als „weit reichende Folgerung“<sup>57</sup> ansieht, sie aber dennoch in seine Argumentation miteinbezieht. In seinem Artikel referiert der Religionswissenschaftler moderne und altägyptische Schlaf- und Traumkonzeptionen und versucht diese mithilfe der Freud'schen Traumdeutung in Zusammenhang zu bringen und anschließend Freuds Traum-

<sup>47</sup> Erstmals werden die weitreichenden Schlussfolgerungen von Hermsen, in: Reichman (Hg.), *Odem des Menschen*, 217 erwähnt.

<sup>48</sup> De Buck, *Slaap*, 5–13.

<sup>49</sup> CT VII, 220n–o, Sp. 1004, pGard II; siehe Nyrod, *Breathing Flesh*, 154, Anm. 1116.

<sup>50</sup> De Buck, *Slaap*, 11. Siehe zu diesem Aspekt bspw. **B.218**.

<sup>51</sup> De Buck, *Slaap*, 10.

<sup>52</sup> De Buck, *Slaap*, 12.

<sup>53</sup> De Buck, *Slaap*, 12.

<sup>54</sup> De Buck, *Slaap*, 13.

<sup>55</sup> De Buck, *Slaap*, 13, 15–17, Tf. 1B.

<sup>56</sup> De Buck, *Slaap*, 17–20.

<sup>57</sup> Hermsen, in: Reichman (Hg.), *Odem des Menschen*, 217.

deutung als Rezeption antiker und altägyptischer Vorstellungen zu erklären, „wenn auch Freud sich gleichzeitig von der antiken Tradition abwendet und historisch neue Formen der Traumdeutung generiert.“<sup>58</sup>

Auch weitere Publikationen führen Euphemismen und Metaphern zum Schlaf im alten Ägypten auf. Bereits einige Jahre vor de Buck veröffentlichte Grapow das bereits erwähnte Werk zu den „bildlichen Ausdrücken des Ägyptischen“, in dem er dem Schlaf anhand einiger Belege eine Nähe zum Tod, Geschlechtsverkehr und der Trägheit zuwies.<sup>59</sup> Sander-Hansen erwähnt Schlaf, Müdigkeit und auch die Nacht in Zusammenhang mit dem Begriff des Todes. Er erklärt, dass der Möglichkeit für die Wiederbelebung des Osiris durch Ausdrücke aus dem Bereich des Schlafzustandes Nachdruck verliehen werden solle.<sup>60</sup> Zu dieser Thematik führt er weiter aus, dass die Welt der Toten und Schlafenden im Dunkeln und der Nacht läge, während der Tag begrifflich mit Licht und Leben verbunden sei.<sup>61</sup> Zudem stellt auch die Auffassung vom Tod als Schweigen für Sander-Hansen einen Bezug zum Schlaf dar, da „»schlafen« und »schweigen« miteinander verbunden für die Ruhe des Toten auf der Leichenbahre benutzt werden.“<sup>62</sup>

1960 listet Zandee in seiner Monografie über „Death as an Enemy“ unter der Metapher „Death as Sleep“ die Lexeme *wrd*, *b:n*, *b:gj*, *m:r*, *nm*, *nnj*, *sb:gj*, *sqd*, *sgnn*, *sdr* und *qd* mit einigen Belegstellen und jeweils einer kurzen Beschreibung auf.<sup>63</sup> Er führt die Ausgestaltung der Metapher generell auf eine Bewegungs- und Bewusstlosigkeit während des Schlafs zurück, die dem Zustand des Todes ähneln.<sup>64</sup>

„Die Welt der Schlafenden“ – so lautet die Überschrift eines Kapitels in Hornungs unveröffentlichter Dissertationsschrift zu „Nacht und Finsternis im Weltbild der alten Ägypter“.<sup>65</sup> Er beschreibt, ähnlich wie de Buck, dass die Menschen einerseits dem Schlaf hilflos ausgeliefert wären, aber andererseits auch durch ihn regenerieren könnten.<sup>66</sup> Er diskutiert einige Belege, vorwiegend aus der Jenseitsliteratur und den Hymnen, zu den Lexemen *sdr* und *qd*.<sup>67</sup> Dabei beschränkt sich Hornung in der Beschreibung des Schlafzustands auf die negativen und todesnahen Empfindungen, die in den Quellen zu finden sind. Für ihn ist ein wesentlicher Aspekt des Schlafes die Machtlosigkeit, die sich jede Nacht zeige, aber die besonders auch für den Todesschlaf gelte.<sup>68</sup> Im Gegensatz zur Dunkelheit während des Schlafens und Todes sieht Hornung das Licht, das jeden Morgen u. a. in Form des Sonnengottes erscheine, als Rückkehrmöglichkeit ins Bewusstsein und dadurch auch ins Leben.<sup>69</sup> Abschließend verweist er auf die Monografie von de Buck und fasst seine Erkenntnisse zum Eintauchen des Schlafenden in den Nun zusammen.<sup>70</sup>

Meurer widmet in seinem Buch „Die Feinde des Königs in den Pyramidentexten“ ein vierseitiges Kapitel den Gefahren, die vom Schlaf ausgehen können.<sup>71</sup> Zu Beginn referiert er de Bucks Erkenntnisse und stellt anschließend die Pyramidentextsprüche vor, in denen der Schlaf genannt wird. An geeigneter Stelle verweist er auf vergleichbare Textstellen des Mittleren und Neuen Reichs. Besonders zum Todesschlaf des Osiris merkt er an, dass dieser durch Seth verursacht

<sup>58</sup> Hermsen, in: Reichman (Hg.), *Odem des Menschen*, 225.

<sup>59</sup> Grapow, *Bild. Ausdrücke*, 139–140.

<sup>60</sup> Sander-Hansen, *Begriff des Todes*, 12.

<sup>61</sup> Sander-Hansen, *Begriff des Todes*, 13–14.

<sup>62</sup> Sander-Hansen, *Begriff des Todes*, 14.

<sup>63</sup> Zandee, *Death*, 81–85.

<sup>64</sup> Zandee, *Death*, 81–82.

<sup>65</sup> Hornung, *Nacht und Finsternis*, 63–65.

<sup>66</sup> Hornung, *Nacht und Finsternis*, 63.

<sup>67</sup> Hornung, *Nacht und Finsternis*, 64–65.

<sup>68</sup> Hornung, *Nacht und Finsternis*, 64.

<sup>69</sup> Hornung, *Nacht und Finsternis*, 65.

<sup>70</sup> Hornung, *Nacht und Finsternis*, 66.

<sup>71</sup> Meurer, *Feinde des Königs*, 236–240.

worden sei, indem Seth Osiris hat müde werden lassen.<sup>72</sup> Nach Meurer könne Osiris jedoch, wie auch der Verstorbene, aus dem Todesschlaf erwachen oder bspw. durch Re auf seiner nächtlichen Fahrt durch die Unterwelt geweckt werden.<sup>73</sup> Weiter hält er zu Schlaf und Bewusstlosigkeit fest, dass diese in den Pyramidentextsprüchen „negativ mit Unaufmerksamkeit und Nachlässigkeit assoziiert“<sup>74</sup> wurden.

In der bisherigen Literatur konnte nachgewiesen werden, dass Schlaf als Metapher für Tod, Unaufmerksamkeit, Trägheit und Geschlechtsverkehr stehen konnte. Ein Fokus bei der Betrachtung der Metaphorik wurde dabei stets auf die Frage gelegt, ob es sich bei der Verwendung des Begriffs Schlaf um einen euphemistischen Ausdruck handele.<sup>75</sup> Für Grapow<sup>76</sup> und Sander-Hansen<sup>77</sup> liegen eindeutig umhüllende Beschreibungen vor. Für Hornung kann es nicht nur bloß Euphemismus sein, sondern „Ausdruck jenseitiger Seinsweise.“<sup>78</sup> Meurer dagegen sieht den Schlaf unter Umständen als Euphemismus für den Tod an.<sup>79</sup> Im Kontext archäologischer Hinterlassenschaften wie z. B. Kopfstützen aus dem Gräberfeld in Elephantine verweist Seidlmaier erstmals auf die konzeptuelle Metapherntheorie nach Johnson und Lakoff und zieht so eine euphemistische Gebräuchsweise nicht in Betracht.<sup>80</sup>

In einem Artikel der Verfasserin zur Metapher TOD IST SCHLAF<sup>81</sup> aus 2018 wird an ausgewählten Beispielen und unter Anwendung der konzeptuellen Metapherntheorie gezeigt, dass bei der Bildung der Metapher auch Bedeutungsaspekte wie Hell-Dunkel (Sinneserfahrung), Tag-Nacht (Zeiterfahrung) und Oben-Unten (Orientierungserfahrung) involviert sind. Dadurch besitzt die Metapher keine verhüllende Funktion, sondern betont primär den zyklischen Charakter des Schlafens und damit auch des Todes, dem somit seine Endgültigkeit genommen wird.<sup>82</sup> Rezent fasste auch Liptay verschiedene Aspekte der Metapher TOD IST SCHLAF für das alte Ägypten zusammen.<sup>83</sup>

Im Ritalkontext sind der tranceähnliche Schlaf des Sempriesters<sup>84</sup> im Mundöffnungsritual des Neuen Reiches sowie in den Osirismysterien des Mittleren Reiches der Schlaf des Gottes Horus-Schen (*sdr.t Hr.w Šnj.w*) zu nennen, wobei dessen Funktion während bestimmter Festlichkeiten in Abydos unklar ist.<sup>85</sup> Altenmüller untersuchte die Rolle und Bedeutung dieses Gottes in Zusammenhang mit dem Mundöffnungsritual und den Abydos-Mysterien des Mittleren Reiches.<sup>86</sup> Nach einer Diskussion des aktuellen Standes zum Schlaf des Sempriesters aus dem Mundöffnungsritual und den Quellen zum Schlaf des Horus-Schen stellte er die Frage, ob sein Schlaf ähnlich wie der des Sem-Priesters zur Belebung einer Figur gedacht sein könne.<sup>87</sup> Nach

<sup>72</sup> Meurer, Feinde des Königs, 237. Dieser Aspekt ist nur implizit in den Quellen zu erahnen.

<sup>73</sup> Meurer, Feinde des Königs, 237.

<sup>74</sup> Meurer, Feinde des Königs, 239.

<sup>75</sup> Siehe generell zu euphemistischen Ausdrücken Vernus, in: Hsu/Laisney/Moje (Hgg.), Fs Jansen-Winkel, 283–316.

<sup>76</sup> Grapow, Bildl. Ausdrücke, 17–19, 139–140.

<sup>77</sup> Sander-Hansen, Begriff des Todes, 12–13.

<sup>78</sup> Hornung, Nacht und Finsternis, 64–65.

<sup>79</sup> Meurer, Feinde des Königs, 237.

<sup>80</sup> Seidlmaier, in: Willems (Hg.), Funerary Culture, 229.

<sup>81</sup> Gerhards, in: Verbovsek et al. (Hgg.), Funktion/en, 9–29.

<sup>82</sup> Gerhards, in: Verbovsek et al. (Hgg.), Funktion/en, 24. Teile des Artikels beziehen sich auf Kapitel 5.2 und 5.5.4.

<sup>83</sup> Liptay, in: Shodoznavstvo 85, 2000, 3–24.

<sup>84</sup> Siehe Otto, Mundöffnungsritual; Helck, in: ArOr 20, 1952, 72–85; Fischer-Elfert, Statue im Stein; Hodel-Hoenes, in: Györy (Hg.), Mélanges offerts à Edith Varga, 185–196; Ayad, in: JARCE 41, 2004, 113–133; Quack, in: Ryholt (Hg.), Hieratic Texts, 69–150, Tf. 7–19; Altenmüller, in: SAK 38, 2009, 1–32; Altmann-Wendling, in: OLA 240, 2016, 91–131.

<sup>85</sup> Altenmüller, in: Fischer-Elfert/Parkinson (Hgg.), Studies, 11. Zu einer Rezension siehe Stadler, in: WZKM 107, 2017, 337–338.

<sup>86</sup> Altenmüller, in: Fischer-Elfert/Parkinson (Hgg.), Studies, 9–22. Bereits kurz erwähnt mit einigen Belegen bei Altenmüller, in: LÄ II, 1975, Sp. 182, Anm. 181, s. v. Feste.

<sup>87</sup> Altenmüller, in: Fischer-Elfert/Parkinson (Hgg.), Studies, 15.

Altenmüller könnte ein Priester in den feierlichen Handlungen die Rolle des Gottes Horus-Schen übernommen haben, um so durch einen rituellen Schlaf das Schicksal des Gottes Osiris nachzuahmen.<sup>88</sup> Das Erwachen aus dem Schlaf, in dem sich der Priester in der Rolle des Horus mit seinem verstorbenen Vater Osiris vereinige, bedeute so „eine Auferstehung des Osiris vom Tode und die Wiederbelebung des Gottes.“<sup>89</sup>

Den Bereichen Müdigkeit und Schlaf aus medizinischer Sicht hat sich bisher noch niemand genähert (siehe Kapitel 5.1.9). Lediglich geben vereinzelte Überlegungen zu schlaffördernden Substanzen und Rauschmitteln Hinweise auf den Schlaf.<sup>90</sup> Die Bereiche Heil- und Tempelschlaf der griechisch-römischen Zeit sind eng mit den religiösen und heilkundlichen Vorstellungen sowie Träumen und Traumdeutung verbunden. Die bewusst in Tempeln oder vereinzelt zuhause evozierten Schlafzustände sollten es ermöglichen, mit Göttern in Kontakt zu treten und von Krankheiten geheilt zu werden oder einer Kinderlosigkeit entgegenzuwirken.<sup>91</sup> Weitere Literatur existiert zum heilkundlichen Themenbereich nicht, wobei Überlegungen zu Krankheiten mit Bewusstseinsverlust, komatösen Zuständen, Ohnmacht und Schwächezanfällen, eventuellem Schlafwandeln<sup>92</sup> sowie der Frage, ob und wie Schnarchen und Gähnen wahrgenommen und empfunden wurde, für diese Studie besonders interessant sind.

Die philologischen Studien werden in den jeweiligen Kapiteln zu den Lexemen ausführlich behandelt und daher hier nicht gesondert erwähnt. Für die Bearbeitung der Lexeme konnte auf Vorarbeiten aus der unveröffentlichten Magisterarbeit der Verfasserin zurückgegriffen werden.<sup>93</sup>

Das Themengebiet rund um Form, Material, Vorkommen und Deutung der Kopfstütze im alten Ägypten scheint auf den ersten Blick gründlich bearbeitet worden zu sein. Doch zeigt sich auch hier, dass Untersuchungen von Kopfstützen aus funktionalen Gesichtspunkten, die die Schlafarchitektur betreffen, bisher weniger Beachtung gefunden haben, sondern deren Aussehen und kultische Deutung im Vordergrund standen.<sup>94</sup>

Wohin man sich legt, wie und mit wem man sich bettet, wird maßgeblich durch das Klima, soziale Umfeld und den persönlichen Wohlstand bestimmt.<sup>95</sup> Bisher existieren keine übergreifenden Überlegungen (weder diachron noch synchron) zu Schlafräumen, dem Schlafort in Häusern, Gebäuden oder dem Freien – es geben lediglich Grabungspublikationen und Aufsätze zu einzelnen Siedlungen Informationen dazu preis.<sup>96</sup> Im Vergleich zum archäologisch

<sup>88</sup> Altenmüller, in: Fischer-Elfert/Parkinson (Hgg.), *Studies*, 20.

<sup>89</sup> Altenmüller, in: Fischer-Elfert/Parkinson (Hgg.), *Studies*, 20.

<sup>90</sup> GdM VI, 470–471, besonders § 1; dazu: Hornung, Himmelskuh, 57, Anm. 59. Siehe Kapitel 5.1.9. Als humoristisches Beispiel für einen eventuellen alkoholisch bedingten Schlafzustand siehe eine Szene aus dem Grab des Antef (TT 155), Säve-Söderbergh, *Four Eighteenth Dynasty Tombs*, 17–18, Tf. 15; Houlihan, *Wit & Humor*, 49, Abb. 45; vgl. dazu auch Kapitel 3.1. Überlegungen zu Schlafmohn bzw. Opium: Germer, *Heilpflanzen*, 138–143; Germer, *Handbuch altägyptischer Heilpflanzen*, 131–132, 310–312. Vermutungen, dass Gefäße der 18. Dynastie Opium enthielten, stellten sich als unzureichend heraus, siehe Bisset et al., in: ÄgLev 6, 1994, 199–201; Bisset/Bruhn/Zenk, in: ÄgLev 6, 1994, 203–204. Neuester Beitrag zu Opium in Ägypten stammt von Counsell, in: David (Hg.), *Egyptian Mummies*, 196–204, der ebenfalls zu dem Schluss kommt, dass Opium nicht vor der Spätzeit in Ägypten nachzuweisen sei.

<sup>91</sup> Siehe Sauneron, in: Esnoul et al. (Hgg.), *Songes*, 49–50; Wildung, in: LÄ II, 1975, Sp. 1001–1002, s. v. *Heilschlaf*.

<sup>92</sup> Siehe zu eventuellem Schlafwandeln Thompson, in: JEA 26, 1940, 70, besonders 77 Anm. 6.

<sup>93</sup> Gerhards, *Verben des Schlafens*.

<sup>94</sup> Siehe Kapitel 5.5.4 und weiterführend zu Kopfstützen: Daressy, in: ASAE 10, 1910, 177–179; Petrie/Mackay, *Heliopolis, Kaff Ammar, and Shurafa*, 20–23; Petrie, *Objects of Daily Use*, 33–36; Reisner, *Excavations at Kerma IV–V*, 229–241; De Buck, *Slaap*, 13–17, 29–30. Schott, in: ZÄS 83, 1958, 141–144, Tf. 14; Fischer, in: LÄ III, 1980, Sp. 686–693, s. v. *Kopfstütze*; Dasen, *Dwarfs*, 75–76; Perraud, *Appuis-tête*; Perraud, in: GM 165, 1998, 83–87; Lüscher, *Totenbuchspruch* 151, 80; Szpakowska, *Dreams and Nightmares*, 288, 291–293; Hellinckx, in: SAK 29, 2001, 61–95; Perraud, in: BIFAO 102, 2002, 309–326; Perraud, in: Backes/Munro/Stöhr (Hgg.), *Totenbuch-Forschungen*, 283–293; Perraud, in: Goyon/Cardin (Hgg.), *Ninth International Congress of Egyptologists*, 1495–1508; Zinn, in: JAEI 17, 2018, 202–219.

<sup>95</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), *Sleep Patterns*, 71–72.

<sup>96</sup> Siehe Kapitel 5.5.1

nachweisbaren Schlafraum in einem Haus oder Palast ist ein übergreifender Blick auf den Schutz des Schlafgemachs aufgrund schriftlicher Überlieferungen detaillierter möglich. Eine umfassende Auflistung von schriftlichen Quellen zu Schutzmöglichkeiten des Schlafraumes gab jüngst Theis, der mehrere schriftliche Belegstellen zu dieser Thematik neu transliteriert, transkribiert, übersetzt und kommentiert.<sup>97</sup> Dies bildet eine gute Ausgangslage für weitere, nicht nur auf textliche Quellen beschränkte, Überlegungen zum Schutz von Schlafräumen. Text und Objekt verknüpft bspw. Fischer-Elfert bei der Beschreibung eines Ostrakons (19. Dynastie) aus der Leipziger Sammlung, das den nubischen Dämon Sehaeq und eine hieratische Aufschrift zeigt.<sup>98</sup> Der Dämon attackiert einen Schlafenden oder bettlägerigen Kranken. Durch ein Loch in der Mitte des Ostrakons könnte es „zum Aufhängen in der Nähe des Bettess gedient“<sup>99</sup> und so den Schlafraum geschützt haben. Das Bett stand bisher ähnlich wie die Kopfstütze weniger als funktionaler Ort des Schlafes im Fokus, sondern waren sein Aussehen und kultische Bedeutung im Vordergrund.<sup>100</sup>

Neben den fehlenden synchronen und diachronen Vergleichen von Schlafräumen in unterschiedlichen Siedlungen und/oder Palästen gibt es bislang auch bspw. keine Überlegungen zu Schlafbekleidung, einer Regulation von Helligkeit, Beleuchtung der Schlafräume, Möglichkeiten für den nächtlichen Toilettengang oder auch die Berücksichtigung nächtlicher Parasitenabwehr.

#### *Fazit: ägyptologischer Forschungsstand*

Die Aufstellung der bisher in der Ägyptologie erbrachten Forschungsleistungen zeigt, dass zu einzelnen Aspekten bereits Überlegungen angestellt wurden, jedoch meist auf eine bestimmte Zeit, Textart, Korpus oder Materialität beschränkt. Wenig bis keine Informationen gibt es bisher zu allen kultursoziologischen Fragestellungen wie beispielsweise der Dauer, der Tageszeit, dem Einfluss von Licht und Dunkelheit sowie dem Ort des Schlafens und der Ausgestaltung des Schlafplatzes. Zudem wurde der tägliche Kreislauf aus Müdigkeit, Schlaf und Erwachen bisher noch nie thematisch in Zusammenhang gebracht. Gerade bei einem so vielschichtigen Forschungsgegenstand ist es zwingend notwendig, alle zugänglichen Quellen unabhängig ihrer Art zu betrachten und zu kontextualisieren.

#### *1.2.2 Schlafkulturforschung*

Erst in jüngerer Zeit erfolgten wissenschaftliche Bemühungen, das Schlafverhalten unterschiedlicher Kulturen zu untersuchen und zu vergleichen. Dabei liegt der Schwerpunkt, je nach Fachrichtung, auf unterschiedlichen Aspekten, die mit dem Schlaf in Verbindung stehen. Neueste anthropologische und soziologische Forschungsergebnisse zeigen, dass das Schlafverhalten nicht nur durch evolutionsbiologische, sondern gerade auch kulturelle oder konvergente Faktoren geprägt ist.<sup>101</sup> Dadurch kommt dem Schlaf neben Aspekten der Regeneration und der Regulierung von Körperfunktionen auch noch kulturelle Funktionen zu wie bspw. die gesellschaftliche

<sup>97</sup> Theis, Magie und Raum, 387–432.

<sup>98</sup> Fischer-Elfert, in: aMun 12, 2002, 20–23. Siehe dazu auch Theis, Magie und Raum, 398.

<sup>99</sup> Fischer-Elfert, in: aMun 12, 2002, 23.

<sup>100</sup> Siehe zum Bett als Ort für den Schlaf Kapitel 5.5.1; siehe einführend zum Bett im alten Ägypten Wiedemann, Das alte Ägypten, 178–181; Klebs, Reliefs I, 26; Klebs, Reliefs II, 114, 190; Klebs, Reliefs III, 142, 190; Wenzel, Liege- und Sitzmöbel, 93; Vandier, Manuel IV, 187–193; Baker, Furniture, 142–147; Fischer, in: LÄ I, 1975, Sp. 767–768, s. v. Bett; Westendorf, Darstellungen des Sonnenlaufes, 53–62; Köpstein, in: AltOrientForsch 16, 1989, 3–13; Vasiljević, Gefolge des Grabherrn, 105–108; Vasiljević, in: GM 152, 1996, 89–92; Altenmüller, in: SAK 24, 1998, 1–21; El-Sabbahy, in: DiscEg 43, 1999, 13–18; Altenmüller, in: Schade-Busch (Hg.), Festschrift Gundlach, 1–17; Altenmüller, in: SAK 27, 1999, 5–7; Altenmüller, in: SAK 24, 1997, 5–7; Altenmüller, in: Der Manuelian (Hg.), Honor of Simpson I, 27–37; Cummins, Bed as Sign; Killen, Furniture I, 23–36 und die entstehende Dissertationsschrift „Sleep, Beds and Death in Ancient Egypt“ von Manon Schutz (University of Oxford).

<sup>101</sup> Williams, Sleep and Society, 108–111; Worthman, in: EOSAD I, 2012, s. v. Anthropology of Sleep, 44.

Abhängigkeit von der Anwesenheit anderer Personen zum Schutz und zur Fürsorge während des Schlafes.<sup>102</sup> Den Studien folgend müsste dies nicht zwangsläufig bedeuten, dass eine Person eine andere beaufsichtigt, sondern könnte auch durch die Abgabe von Körperwärme erfolgen.<sup>103</sup> Dadurch stärke der Schlaf den Zusammenhalt innerhalb einer Kultur oder, in kleineren Dimensionen gesehen, innerhalb einer Familie oder Partnerschaft.<sup>104</sup> Somit wird der Schlaf neben seiner biologischen Notwendigkeit auch als Zeit der sozialen Interaktion empfunden.<sup>105</sup>

Schlaf kann aus kultureller Sicht zudem dazu beitragen, rituelle oder spirituelle Erfahrungen zu erleben – bspw. durch Träume, in denen mit Verstorbenen kommuniziert wird.<sup>106</sup> Darüber hinaus kommen dem Schlaf moralische Verhaltensaspekte (z. B. sexuelle Aktivitäten) zu, die entweder sanktioniert oder gefördert werden.<sup>107</sup> Da der Schlaf in einer Gesellschaft allgegenwärtig ist, ist er folglich durch spezifische normative Konventionen und Regeln geprägt, die selbst wiederum auf bspw. religiösen, institutionelle oder politischen Einstellungen beruhen können.<sup>108</sup>

### *Entstehungsgeschichte der Schlafkulturforschung*

Einige singuläre ethnologische Untersuchungen gab es bereits in den 1940er-Jahren zu dem damaligen populären Thema der Traumforschung – bspw. von Berndt,<sup>109</sup> der die Träume der australischen Aborigines untersuchte. Seine Erkenntnisse erlangte er durch gezielte Beobachtung von Mitgliedern des 'Anta 'kirin'-Stammes während des Schlafens und durch Befragungen nach dem Schlaf.<sup>110</sup> Auch wenn sein vorrangiges Ziel nicht darin bestand, Informationen über das Schlafverhalten zu erlangen, fielen diese Erkenntnisse als Nebenprodukte ab. Für seine Studie fertigte er eine detaillierte Zeichnung an, wie die Unterstände der Stammesmitglieder im Dorfplatz aufgeteilt waren und wer mit wem in einer Hütte schlief:<sup>111</sup> Zusammen schließen Familien<sup>112</sup>, während alle Ungebundenen bzw. Witwer/Witwen allein in einem Unterstand die Nacht verbrachten. Dabei waren die Schlafplätze alleinstehender Männer und Frauen im heiratsfähigen Alter sehr weit voneinander entfernt.<sup>113</sup> Die Mitglieder des Stammes empfanden es als unangenehm neben einem Grab einer kürzlich verstorbenen Person zu schlafen, wobei es als nicht störend empfunden wurde in der Nähe eines Grabes zu nächtigen, das einer vor längerer Zeit verstorbenen Person gehört.<sup>114</sup> Berndt berichtet weiter, dass beim Geschlechtsverkehr der Eltern die Kinder nicht anwesend sein durften – diese übernachteten im Unterstand eines nahen Verwandten.<sup>115</sup> Er beschreibt die Schlafposition der Menschen als seitlich mit angezogenen Knieen in der Nähe des Magens, während eine oder beide Hände unter dem Kopf ruhen.<sup>116</sup> Eine Person schlief seinen Aufzeichnungen nach auf einem Hund als eine Art Kissenersatz.<sup>117</sup> Die Schlafenszeit begann täglich nach Sonnenuntergang: Vor dem Schlafen wurde die Feuerstelle, die sich

<sup>102</sup> Worthman, in: EOSAD I, 2012, s. v. Anthropology of Sleep, 44; Meadows, in: Green/Westcombe (Hgg.), Sleep, 106. Siehe zu diesem Aspekt besonders Kapitel 5.6.8.

<sup>103</sup> Worthman, in: EOSAD I, 2012, s. v. Anthropology of Sleep, 44.

<sup>104</sup> In modernen westlichen Gesellschaften muss das Bild dezidierter betrachtet werden, da bspw. Menschen alleinstehend leben und ohne den „Schutz“ einer anderen Person schlafen. Vgl. Kapitel 5.6.8.

<sup>105</sup> Williams, Sleep and Society, 5; Meadows, in: Green/Westcombe (Hgg.), Sleep, 104 mit weiteren Verweisen.

<sup>106</sup> Worthman, in: EOSAD I, 2012, s. v. Anthropology of Sleep, 48.

<sup>107</sup> Worthman, in: EOSAD I, 2012, s. v. Anthropology of Sleep, 48.

<sup>108</sup> Williams, Sleep and Society, 5; Meadows, in: Green/Westcombe (Hgg.), Sleep, 107–108.

<sup>109</sup> Berndt, in: Oceania 10/3, 1940, 286–294.

<sup>110</sup> Berndt, in: Oceania 10/3, 1940, 286.

<sup>111</sup> Berndt, in: Oceania 10/3, 1940, 287.

<sup>112</sup> In der Studie wird „Familie“ als Vater, Mutter mit Kind bzw. Kindern definiert.

<sup>113</sup> Berndt, in: Oceania 10/3, 1940, 288.

<sup>114</sup> Berndt, in: Oceania 10/3, 1940, 288.

<sup>115</sup> Berndt, in: Oceania 10/3, 1940, 288.

<sup>116</sup> Berndt, in: Oceania 10/3, 1940, 288.

<sup>117</sup> Berndt, in: Oceania 10/3, 1940, 288.

direkt vor dem Unterstand befand, neu angeheizt, sodass sie für ca. zwei Stunden brannte.<sup>118</sup> Danach legte der Schläfer alle zwei Stunden Feuerholz nach, wenn er anfing zu frieren und davon aufwachte. Berndt berichtet von häufigen und teilweise schweren Brandverletzungen, da sich die Schlafenden nachts versehentlich auf die brennenden Feuerstellen rollten.<sup>119</sup>

Eines der bekanntesten Werke aus dem Bereich der physiologischen Schlafforschung mit dem Titel „Sleep and Wakefulness“ stammt von Kleitman aus dem Jahr 1939.<sup>120</sup> Kleitman wird nicht nur als Begründer der modernen Schlafforschung gesehen, sondern gehört auch zu den Entdeckern des REM-Schlafs (1953).<sup>121</sup> Kurz nachdem die Existenz des REM-Schlafs bekannt wurde, begann das US-amerikanische Militär Forschungen über das menschliche Schlafverhalten anzustellen – dabei ging es ihnen nicht um medizinische Erkenntnisse, sondern darum, einen „Super-Soldaten“ zu entwickeln, der mühelos mit nur wenigen Stunden Schlaf hochleistungsfähig ist.<sup>122</sup> Auch hierbei kamen neue Forschungsergebnisse zu Tage, die erst wesentlich später für medizinische Zwecke zugänglich gemacht wurden.<sup>123</sup>

Anfänglich gab es zunächst auf dem Gebiet der Psychologie erste Bestrebungen, den Schlaf und seine kulturelle Determinierung zu untersuchen. Die vorrangigen Methoden waren hierbei die Beobachtung, Personenbefragung sowie Auswertung von medizinischen Daten. Im Laufe der Zeit stellte sich den Forschenden erstmalig durch die erhobenen Interviews die Frage, inwieweit der Schlaf evolutionär bedingt sei und ob bzw. wie er sich von Kultur zu Kultur unterschiedlich entwickle. Davor wurde schlicht davon ausgegangen, dass das Schlafverhalten ein universeller, biologisch und kulturell gleichförmig entwickelter Vorgang sei.<sup>124</sup> Zu den Pionierstudien auf dem Gebiet der Schlafkulturforschung gehört die Arbeit von Dahl.<sup>125</sup> Auch wenn er noch keinen Schwerpunkt auf die Erforschung der Schlafarchitektur im Allgemeinen legte, stellte er doch die alles entscheidende Frage: Was wissen Anthropologen eigentlich über die Entstehung und Gestaltung von Schlaf?<sup>126</sup> Nach eingehender Recherche kam er zu dem ernüchternden Schluss, dass sie bisher nahezu keine Kenntnisse darüber besaßen.<sup>127</sup> Angespornt von dieser Frage, betrachteten immer mehr Forschende – besonders aus dem Feld der Anthropologie – ihre Ergebnisse auch in Hinblick auf die evolutionäre vs. kulturelle Determinierung des Schlafes. Damit war die Schlafkulturforschung geboren. Eine interessante und erwähnenswerte Studie, die der weiteren Forschung den Weg ebnete, stammt von McKenna, Mosko, Richard und Arpaia<sup>128</sup>, die sich mit dem Phänomen des plötzlichen Kindstods und dessen Auftreten während des Schlafes beschäftigten. Ihre Untersuchung umfasste die Beobachtung und den Vergleich der Vitalfunktionen von Kindern, die im Bett der Eltern schliefen, mit denen, die in einem eigenen Bett die Nacht verbrachten. Die Auswertung der Daten zeigte einen signifikanten Unterschied in den Körperfunktionen beider Gruppen. Alleine schlafende Kinder waren insgesamt unruhiger und wachten häufiger auf als die sogenannten Co-Sleeper.<sup>129</sup> Bei ihnen konnte beobachtet werden, dass sich

<sup>118</sup> Berndt, in: *Oceania* 10/3, 1940, 288.

<sup>119</sup> Berndt, in: *Oceania* 10/3, 1940, 288. Siehe zu diesem Aspekt Kapitel 5.5.1.

<sup>120</sup> Kleitman, *Sleep and Wakefulness*.

<sup>121</sup> Aserinksy/Kleitman, in: *Science* 118/3062, 1953, 273–274

<sup>122</sup> Williams, *Sleep and Society*, 120–122.

<sup>123</sup> Siehe zum Schlafverhalten von Soldaten Ben-Ari, in: Brunt/Steger (Hgg.), *Night-time*, 108–126.

<sup>124</sup> Worthman, in: El-Sheik (Hg.), *Sleep and Development*, 167–168.

<sup>125</sup> Dahl, in: *Seminars in Pediatric Neurology* 3, 1996, 44–50; Dahl et al., in: *Biological Psychiatry* 39, 1996, 400–410.

<sup>126</sup> Dahl, in: *Seminars in Pediatric Neurology* 3, 1996, 48. Siehe auch Williams, *Sleep and Society*, 1–6 zur Frage warum erst Anfang der 2000er Jahre das menschliche Schlafverhalten als Forschungsgegenstand in soziologischen Studien populär wurde.

<sup>127</sup> Dahl, in: *Seminars in Pediatric Neurology* 3, 1996, 48.

<sup>128</sup> McKenna et al., in: *Early Human Development* 38, 1994, 187–201.

<sup>129</sup> McKenna et al., in: *Early Human Development* 38, 1994, 199.

Herzschlag, Atemfrequenz und Schlafstadien im Laufe der Nacht an den Rhythmus der Mutter angleichen. Die Forschenden weisen zwar deutlich darauf hin, dass dies keine Aussagekraft darüber besitzt, ob diese Schlafarchitektur den plötzlichen Kindstod verhindern könne – allerdings lässt es Rückschlüsse darauf zu, dass es ein evolutionär bedingtes Muster sein könnte, dass Mütter und Neugeborene/Kleinkinder dicht beieinander schliefen.<sup>130</sup>

Einen herausragenden Beitrag für die Entwicklung der Schlafkulturforschung gibt das Werk von Worthman und Melby aus dem Jahr 2002. Für Worthman und Melby ist es ein großes Anliegen durch ihre „Ecology of Human Sleep“<sup>131</sup> zu zeigen, dass sich das Schlafverhalten je nach Kultur stark voneinander unterscheiden kann. Im Folgenden soll ihre Untersuchung ausführlich vorgestellt werden, da sie viele Denkanstöße und Ideen für die vorliegende Untersuchung gab.

Untersuchungsgegenstand ihrer Arbeit waren zehn nicht-industrialisierte Gesellschaften mit naturverbundenen Versorgungsstrategien auf unterschiedlichen Kontinenten und in verschiedenen Klimazonen, die keine geografischen Berührungspunkte besitzen.<sup>132</sup> Auf den Erkenntnissen ihrer Feldstudie beruhend unterteilten sie die Bedingungen, die das Schlafverhalten beeinflussen können, in zwei Hauptkategorien: *Microecology of Human Sleep*<sup>133</sup> und *Macroeology of Human Sleep*<sup>134</sup>.

Sie beschreiben die mikroökologischen Faktoren als biotische Umweltfaktoren, die das Schlafverhalten prägen – also diejenigen Umweltbedingungen, die unmittelbar und räumlich am Schlafprozess beteiligt sind. Dazu zählen unter anderem die Schlafstätte und die Frage, wie diese gestaltet ist und mit wie vielen Personen sie geteilt wird.<sup>135</sup> Hier unterscheiden sich die Kulturen bspw. darin, ob Männer, Frauen und Kinder einen gemeinsamen Schlafplatz besitzen oder ob sie voneinander räumlich getrennt schlafen.<sup>136</sup> Berühren sich zu viele Personen beim Schlafen, können schnell Platznot und eine große Wärmeentwicklung entstehen, die die Schlafqualität negativ beeinflussen. In diesem Zusammenhang steht auch die Frage, ob Paare einen singulären Schlafplatz besitzen, den sie u. U. mit anderen teilen und wie sich dieser Umstand auf ihr Sexualverhalten auswirkt.<sup>137</sup> In der Studie wurde herausgefunden, dass sich der Schlafplatz und das Schlafverhalten über das ganze Leben hinweg verändern: Kurz nach einer Hochzeit kann entweder im Haus der Eltern geblieben oder zu den Schwiegereltern gezogen werden; erst später wird ein eigenes Heim gegründet.<sup>138</sup> Ein weiterer wichtiger Punkt in ihrer Studie ist die Frage nach der Schlafposition. Hierbei hat sich gezeigt, dass ein Großteil der untersuchten Personen in einer seitlichen Liegeposition mit leicht angewinkelten Beinen schläft – seltener wird auf dem Rücken oder dem Bauch geschlafen.<sup>139</sup> Falls unter freiem Himmel geschlafen werden muss, ist meist eine Feuerstelle in der Nähe, um sich vor wilden Tieren zu schützen. Worthman und Melby fanden ähnlich wie Berndt heraus, dass Personen, die in der Nähe von Feuerstellen schlafen, häufiger Verbrennungen erleiden und daher ein größeres medizinisches Wissen über den Umgang

<sup>130</sup> McKenna et al., in: Early Human Development 38, 1994, 199. Auch im alten Ägypten wird der plötzliche Kindstod neben weiteren Todesursachen für eine hohe Kindersterblichkeit verantwortlich gewesen sein. Siehe zum plötzlichen Kindstod in Ägypten z. B. Seybold/Roll, in: Kurz et al. (Hgg.), Säuglingstod, 8. Da der plötzliche Kindstod meist nachts auftritt, ist es interessant, wie im alten Ägypten Mütter und Neugeborene/Kinder geschlafen haben und wie Kindersterblichkeit erwähnt und bewertet wurde (siehe dazu besonders Kapitel 3.2 und 5.6.1).

<sup>131</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), Sleep Patterns, 69–117.

<sup>132</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), Sleep Patterns, 72. Sie bezeichnen die untersuchten Gesellschaften selbst als „Foragers“, „Pastoralists“, „Horticulturalists“ und „Agriculturalists“.

<sup>133</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), Sleep Patterns, 73–83.

<sup>134</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), Sleep Patterns, 83–95.

<sup>135</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), Sleep Patterns, 73. Siehe zu diesem Aspekt besonders Kapitel 5.5.1.

<sup>136</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), Sleep Patterns, 76–77.

<sup>137</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), Sleep Patterns, 97. Siehe zu diesem Aspekt besonders Kapitel 5.6.1.

<sup>138</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), Sleep Patterns, 78, 94.

<sup>139</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), Sleep Patterns, 73.

mit Verbrennungen besitzen.<sup>140</sup> Da das Feuer ständig am Laufen gehalten werden muss, steigt je nach Holzart und Ort der Feuerstelle das Risiko für Verpuffungen und Atemwegserkrankungen.<sup>141</sup> Viele Gesellschaften mit naturverbundenen Versorgungsstrategien wählen bewusst den Küchenbereich als Schlafplatz, da der Raum durch den zuvor erzeugten Rauch von Parasiten befreit wird.<sup>142</sup> Neben der Schlafstätte ist auch die Frage nach der Schlafhygiene von Relevanz. Unter diesen Begriff fallen unter anderem Bettlaken, Kissen, Kopfstützen, die Schlafbekleidung oder auch Toilettenmöglichkeiten.<sup>143</sup> Kopfstützen können im gesamten afrikanischen und asiatischen Raum nachgewiesen werden, jedoch bisher nicht gesichert in Südamerika.<sup>144</sup> Darüber hinaus nutzen die Mitglieder der *Asmat*, eine nicht-industrialisierte Gesellschaft mit naturverbundenen Versorgungsstrategien im Süden des indonesischen Teils der Insel Neuguinea, verzierte Schädel von verstorbenen Angehörigen als Kopfstützen, um sich spirituell mit Verstorbenen zu verbinden.<sup>145</sup> Dem Bett kommen neben seinem praktischen Nutzen als Ort für den Schlaf weitere Aspekte zu wie z.B. der Ort für Geburt, Krankheit oder den Tod.<sup>146</sup>

Ein zweiter wichtiger Punkt auf der mikroökologischen Ebene betrifft den Bereich der Flora und Fauna. Zum einen zählt hierzu die direkte Anwesenheit von domestizierten Tieren während des Schlafens. Wird in einem Raum mit größeren Tieren wie bspw. Rindern geschlafen, können laute Geräusche, unangenehme Gerüche und übermäßige Wärme entstehen, was sich auf den Schlafrhythmus auswirken kann.<sup>147</sup> Zum anderen zählt zur Mikroökologie auch eine Bedrohung durch wilde Tiere, von denen potenziell eine Gefahr ausgehen kann.<sup>148</sup> Auch Insekten und Parasiten wie Fliegen bzw. Flöhe, Zecken, Mücken usw. sind bei diesem Aspekt mitaufzuzählen, da sie einen erholsamen Schlaf maßgeblich beeinflussen können.<sup>149</sup>

Die makroökologische Ebene bezieht sich nach Worthman/Melby auf das Arbeits- und Freizeitverhalten, das die Schlafenszeiten der Menschen bestimmt und sich von Gesellschaft zu Gesellschaft unterscheidet – d. h. ein unterschiedlicher individueller Tagesrhythmus.<sup>150</sup> Alle diese Faktoren werden unmittelbar durch den Sonnenaufgang und Sonnenuntergang dominiert. In den jeweiligen Tag- und Nachräumen können die unterschiedlichsten Aktivitäten stattfinden. Der Schlaf kann dabei nur auf eine bestimmte Zeit beschränkt sein, z.B. nur nach Sonnenuntergang bis -aufgang oder in beiden Zeiträumen liegen, wie z.B. bei einer Siesta.<sup>151</sup> Auch die Arbeitsanforderungen bestimmen das Schlafverhalten der Menschen.<sup>152</sup> Wenn Tiere versorgt werden müssen oder Nachtwache gehalten wird, richtet sich die Schlafenszeit folglich nach der Arbeitszeit. Dadurch können u. U. auch die Frühstücks- und Abendessenszeiten verschoben werden.<sup>153</sup> Auch die Gesprächszeiten spielen bei der Frage nach den makroökologischen Faktoren eine

<sup>140</sup> Auch für das alte Ägypten sind Rezepte gegen Brandwunden überliefert, siehe z. B. GdM IV/1, 214–221; WHb 244–249. Zum Schlafen nahe Feuerstellen siehe die sog. „Campfire-Szenen“ aus Amarna, Kapitel 3.1 und 5.5.1.

<sup>141</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), Sleep Patterns, 74–76.

<sup>142</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), Sleep Patterns, 74–76.

<sup>143</sup> Siehe zu diesem Aspekt besonders Kapitel 5.5.1 und 5.5.2.

<sup>144</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), Sleep Patterns, 74. Nach Horn soll es eine präkolumbianische Kopfstütze (ca. 500 n. Chr.) aus Ecuador geben, siehe dazu Sammlung Horn, ID 211. In Auktionshäusern wie artkhade.com (z. B. Objekt-Nr. AYQ-112257) befinden sich immer wieder angeblich aus Ecuador stammende Kopfstützen um 500 n. Chr. zum Verkauf.

<sup>145</sup> Feldman, in: Dewey (Hg.), Sleeping Beauties, 180–181.

<sup>146</sup> Siehe interdisziplinär zum Bett als Untersuchungsgestand Wright, Warm and Snug; Henning/Mehl (Hgg.) Bettgeschichte(n); Keil, Zur Lage der Kranken.

<sup>147</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), Sleep Patterns, 80–81.

<sup>148</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), Sleep Patterns, 81–82.

<sup>149</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), Sleep Patterns, 82–83.

<sup>150</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), Sleep Patterns, 83–93.

<sup>151</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), Sleep Patterns, 84.

<sup>152</sup> Siehe zu diesem Aspekt besonders Kapitel 5.6.6.

<sup>153</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), Sleep Patterns, 84.

Rolle, da z. B. private und intime Gespräche gerne abends oder nachts geführt werden.<sup>154</sup> Dadurch ergibt sich eine grundlegende Unterteilung des Schlafverhaltens in einen mono-<sup>155</sup>, bi-<sup>156</sup> und polyphasigen<sup>157</sup> Rhythmus, der jeweils durch gesellschaftliche normative Konventionen und kulturelle Faktoren geprägt ist.<sup>158</sup>

Wenn eine Reise unternommen, eine Expedition oder militärische Bewegung getätigter wird, eignet sich in heißen Regionen meist die Nacht besser, da die Temperaturen angenehmer sind – gleichzeitig steigt jedoch die Gefahr von wilden Tieren oder Feinden angegriffen zu werden.<sup>159</sup>

Bei einigen Ritualen wird absichtlich auf das Schlafen verzichtet, um sich in einen Trancezustand zu bringen.<sup>160</sup> Darüber hinaus werden Feste und feierliche Anlässe häufiger am Abend begangen als während des lichten Tages – dadurch kann sich der nächtliche Schlaf in die Zeit des Mittags oder Nachmittags verschieben.<sup>161</sup> Worthman und Melby gewannen zudem die Erkenntnis, dass nicht-industrialisierte Gesellschaften mit naturverbundenen Versorgungsstrategien, die keinen festen Arbeitsverpflichtungen nachgehen, auch keine ritualisierten Schlafenszeiten besitzen.<sup>162</sup>

2007 brachte Worthman zusammen mit Brown eine Studie heraus, in der das Schlafverhalten der heutigen Bevölkerung Ägyptens untersucht wurde.<sup>163</sup> Ziel war es herauszufinden, ob und wie die im Mittelmeerraum verbreitete Praxis des Co-Sleeping und des biphasigen Schlafes auch in Ägypten bestand hat. Dafür wurde das Schlafverhalten zum einen von Familien aus Kairo und zum anderen aus dem dicht besiedelten landwirtschaftlich geprägten Dorf *Mahallat Marhum* im Norden Ägyptens verglichen, wobei insgesamt 16 Familien mit 78 Mitgliedern an der Studie teilnahmen.<sup>164</sup> Es wurde eine Woche lang ein detaillierter Tagesablauf für jedes Familienmitglied aufgezeichnet, der das nächtliche Verhalten beinhaltete mit bspw. Erwähnungen über Unterbrechungen des Schlafs aufgrund von Gebetszeiten.<sup>165</sup> Darüber hinaus führten die Autoren verschiedene persönliche Interviews.<sup>166</sup> Durch diese Studie wurde herausgefunden, dass es bei fast allen Probanden ein gängiges kulturelles Konzept sei, von der frühesten Kindheit bis ins Erwachsenenalter mit einer anderen Person das Bett oder zumindest den Raum zu teilen – nur in den seltensten Fällen wurde ganz alleine geschlafen.<sup>167</sup> Dadurch zeigte sich, dass die kulturelle Anbindung an eine Familie das Schlafverhalten unmittelbar determiniert. Sie berichten, dass eine Unterbrechung des gewohnten Co-Sleepings eine Verschlechterung der Schlafqualität zur Folge hätte.<sup>168</sup> Dies passiert bspw., wenn im jungen Erwachsenenalter kein geeigneter gleichgeschlechtlicher Partner oder gleichgeschlechtliche Partnerin zum Co-Sleeping zur Verfügung steht. Der Schlafrhythmus der untersuchten Personen gestaltet sich sowohl in Kairo als auch in *Mahallat Marhum* wie von Worthman und Brown angenommen zweiphasig: Am Nachmittag erfolgt ein kurzer Ruheschlaf, während ab ca. Mitternacht der nächtliche Schlaf stattfindet – so kommen die

<sup>154</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), *Sleep Patterns*, 85.

<sup>155</sup> Der Schlaf findet einmalig pro Tag statt.

<sup>156</sup> Es gibt zwei Schlafphasen: Zum einen um die Mittagszeit und zum anderen in der Nacht.

<sup>157</sup> Der Schlaf findet über mehrere kurze Segmente und über 24 Stunden verteilt statt.

<sup>158</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), *Sleep Patterns*, 79.

<sup>159</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), *Sleep Patterns*, 86–87. Siehe zu diesem Aspekt Kapitel 5.5.1.

<sup>160</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), *Sleep Patterns*, 86.

<sup>161</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), *Sleep Patterns*, 87–90.

<sup>162</sup> Worthman/Melby, in: Carskadon (Hg.), *Sleep Patterns*, 93. Einige Forschende nehmen daher an, dass der polyphasige Schlaf am ehesten dem natürlichen Schlafverhalten entspräche.

<sup>163</sup> Worthman/Brown, in: *J. Fam. Psychol.* 21, 2007, 124–135.

<sup>164</sup> Worthman/Brown, in: *J. Fam. Psychol.* 21, 2007, 126.

<sup>165</sup> Worthman/Brown, in: *J. Fam. Psychol.* 21, 2007, 127, 128.

<sup>166</sup> Worthman/Brown, in: *J. Fam. Psychol.* 21, 2007, 127.

<sup>167</sup> Worthman/Brown, in: *J. Fam. Psychol.* 21, 2007, 132.

<sup>168</sup> Worthman/Brown, in: *J. Fam. Psychol.* 21, 2007, 132.

Probanden durchschnittlich auf eine Schlafdauer von 9,6 Stunden pro Tag (7,6 Stunden in der Nacht und ca. 2 Stunden am Nachmittag).<sup>169</sup>

Auch weitere Untersuchungen wollen aufzeigen, dass der Schlaf kein kulturell gleichförmiges Gebilde ist, sondern erst durch kulturelle Faktoren ein Muster erhält. Die Japanologin, Soziologin und führende Wissenschaftlerin auf dem Gebiet der Schlafkulturforschung Steger untersucht das Schlafverhalten der japanischen Bevölkerung unter Berücksichtigung historischer Entwicklungen.<sup>170</sup> Sie analysiert teils aus kulturhistorischer, teils aus sozialanthropologischer Sichtweise die Gestaltung des Schlafes, die Verwendung der Zeitbegriffe Tag und Nacht sowie den typischen japanischen Tagesrhythmus und setzt dies in Verbindung mit dem Stellenwert des Erholens und der hohen Arbeitsanforderungen der japanischen Gesellschaft. Methodologisch erlangt sie ihre Erkenntnisse durch narrative Interviews und Auswertungen von detaillierten Aufzeichnungen über den Tagesrhythmus der Bevölkerung.<sup>171</sup> Darüber hinaus führt sie ein Forschungstagebuch über ihre Beobachtungen z.B. in Tokioter U-Bahnen, in denen überdurchschnittlich häufig Menschen öffentlich schlafen.<sup>172</sup> Ihre Erkenntnisse deutet sie im Anschluss mit Hilfe geschichtlicher Fakten. Steger verknüpft dabei geschickt sozialwissenschaftlich erhobene Daten mit historischen und/oder schriftlichen sowie bildlichen Quellen.

Je nach gesellschaftlichen und kulturellen Bedingungen können sich unterschiedliche Schlafmuster entwickeln und auch an neue Umstände anpassen. Kulturübergreifende Studien zeigen, dass die Entstehung von Schlafmustern einer bestimmten Kultur unmittelbar von deren Tagesrhythmus abhängig ist, weshalb kein evolutionsbedingtes gleichförmig entwickeltes Schlafverhalten aller Menschen angenommen werden darf.<sup>173</sup>

Zusammenfassend lassen sich die folgenden Aspekte zu einer Untersuchung zur Schlafkultur<sup>174</sup> festhalten: Untersuchungen aus dem Bereich der Schlafkulturforschung beschäftigen sich u.a. mit den geschichtlichen, gesellschaftlichen, kulturellen, sprachlichen, literarischen, medizinisch-magischen und religiösen Phänomenen des Schlafens. Sie untersuchen dabei nicht nur den Schlaf an sich, sondern alle natürlichen und künstlichen Bedingungen, die das Schlafverhalten beeinflussen, sowie die Empfindungen und Bedeutungen, die eine Kultur mit dem Schlaf verbindet, wie bspw. Angst, Gefahr, Sorge, Verletzlichkeit, Heilung, Regeneration, Verbindung zu Verstorbenen usw. Die erstgenannten Bedingungen können in zwei Kategorien aufgeteilt werden: mikroökologisch und makroökologisch. Zu der mikroökologischen Ebene zählen sowohl Örtlichkeiten wie auch Personen/Objekte, die unmittelbar und räumlich das Schlafverhalten beeinflussen (Schlafstätte, Schutzvorkehrungen wie Amulette, Personen, die Liegeposition, Schlafhygiene, Anwesenheit von Tieren und die Temperaturbedingungen). Zu den makroökologischen Faktoren zählt vor allem der individuelle Tagesrhythmus einer Person/Gruppe/Kultur, der das Schlafverhalten beeinflusst (wie z.B. Zeiten für Arbeit, Krieg/Kampf, Freizeit, Rituale, Reisen/Expeditionen, Gespräche, Gedanken). Die gewonnenen Erkenntnisse sollen einerseits Hinweise geben, inwieweit das menschliche Schlafverhalten kulturell beeinflusst ist und andererseits, welche Bereiche des Schlafverhaltens und der Schlafempfindung einer Kultur im Vergleich zu einer anderen als universell, kulturspezifisch oder tradiert angesehen werden können.

<sup>169</sup> Worthman/Brown, in: *J. Fam. Psychol.* 21, 2007, 132.

<sup>170</sup> Steger, (Keine) Zeit zum Schlafen.

<sup>171</sup> Steger, (Keine) Zeit zum Schlafen, 17–19, 23–27.

<sup>172</sup> Steger, (Keine) Zeit zum Schlafen, 26.

<sup>173</sup> Worthmann, in: EOSAD I, 2012, s. v. *Anthropology of Sleep*, 46.

<sup>174</sup> Einen Überblick über aktuelle Forschungsliteratur geben Brunt/Steger, in: Brunt/Steger (Hgg.), *Sleep*, 9–30 sowie Ahlheim, in: Ahlheim (Hg.), *Kontrollgewinn*, 10–14.

### *Schlafkulturforschung: Geisteswissenschaften*

Da erst in jüngerer Zeit der Impuls gelegt wurde, das Schlafverhalten unterschiedlicher Gesellschaften und Kulturen miteinander zu vergleichen und Unterschiede sowie Gemeinsamkeiten aufzuzeigen, basieren die meisten Untersuchungen auf modernen empirischen Beobachtungen in Schlaflaboratorien oder Feldstudien. Erst nach und nach begannen Forschende der historischen/philologischen Fächer, Untersuchungen über den Schlaf und seine Ausgestaltung anzustellen. Bisher stammt allerdings nur ein geringer Teil aller Beiträge auf dem Gebiet der Schlafkulturforschung aus Wissenschaftsdisziplinen, die sich mit vergangenen Kulturen beschäftigen. Die hier vorgestellten Studien sind nur exemplarisch zu sehen, weitere Untersuchungen sind z. B. bei Green und Westcombe aufgeführt.<sup>175</sup>

Eine umfangreiche Arbeit auf dem Gebiet der griechisch-römischen Antike existiert von Strobel, die eine Monografie zu den mythologischen und physiologischen Aspekten des Schlafes in der griechisch-römischen Welt publizierte.<sup>176</sup> Grundlage ihrer Arbeit bildet eine hohe Anzahl an schriftlichen Quellen, die sich direkt und indirekt mit dem Schlaf beschäftigen. Sie berücksichtigt allerdings keine archäologischen Hinterlassenschaften oder bildlichen Quellen. Zusammenfassend beschreibt sie, dass es ihr schwierig fallen sei, eine Entscheidung zu treffen, ob sich der Schlaf aus griechisch-römischer Sicht eher als göttliches oder körperliches Phänomen deuten lasse, da der Schlafgott selbst bei Textstellen, die sich mit dem Körper beschäftigen, Einfluss ausübe.<sup>177</sup> In Bezug auf die Wahl der Schlafstätte merkt sie an, dass die reiche Bevölkerungsschicht eine bequeme Polsterung der Schlafunterlage nicht zwangsläufig zu einem Statussymbol erhebe – starke Männer schlafen auf einem harten Untergrund, während eine Übernachtung unter freiem Himmel als romantisch angesehen werden konnte.<sup>178</sup> Ein eigenes Schlafzimmer zeuge ihrer Meinung nach von einem luxuriösen Lebensstil, da sich die meisten Menschen einen Schlafplatz teilten/teilen mussten.<sup>179</sup> Schlaflosigkeit wurde in der Antike laut Strobel nicht als eigene Krankheit, sondern immer als Symptom oder im Zusammenhang mit einer anderen Krankheit gesehen.<sup>180</sup> Die Bewertung des Schlafes aus antiker Sicht war durchaus zwiespältig, da sich die Menschen zwar über seine lebenswichtige Funktion bewusst wären, doch die Nähe zum Tod, die sich besonders durch den Schlafgott äußerte, gleichermaßen als beängstigend empfänden.<sup>181</sup>

Ebenfalls mit dem Schlaf und besonders dem Traum in der Antike beschäftigt sich Walde. Sie schreibt zu dem Phänomen des Schlafes, dass es in den antiken medizinischen Texten als temporäre Erholung für alle Lebewesen außer den Pflanzen wahrgenommen wurde.<sup>182</sup> Schlaf wurde zudem als Zeit der Erholung und Regeneration, als Zustand der Handlungsunfähigkeit und sogar Faulheit angesehen, aber gleichzeitig auch als Verbindung zur Intimität und Sexualität empfunden.<sup>183</sup> Walde hält es für möglich, dass die Menschen in der Antike „sequenziert“ (*segmented*) schliefen; d. h. eine Dreiteilung der Nacht in zwei Schlafphasen und eine Wachphase vorlag.<sup>184</sup> Ihre Annahme fußt auf den Überlegungen von Ekirch, der mit seinem Buch<sup>185</sup> bewies,

<sup>175</sup> Green/Westcombe, in: Green/Westcombe (Hgg.), *Sleep*, 13–17.

<sup>176</sup> Strobl, *Macht des Schlafes*.

<sup>177</sup> Strobl, *Macht des Schlafes*, 253.

<sup>178</sup> Strobl, *Macht des Schlafes*, 253.

<sup>179</sup> Strobl, *Macht des Schlafes*, 253. Da sie keine Studien zur Schlafkulturforschung einbezieht, entgeht ihr die Diskussion, ob das Co-Sleeping von den Betroffenen nicht auch als angenehm oder sicher empfunden werden konnte.

<sup>180</sup> Strobl, *Macht des Schlafes*, 254.

<sup>181</sup> Strobl, *Macht des Schlafes*, 254.

<sup>182</sup> Walde, in: Walde/Wöhrle (Hgg.), *Schlaf und Traum*, 6.

<sup>183</sup> Walde, in: Walde/Wöhrle (Hgg.), *Schlaf und Traum*, 9.

<sup>184</sup> Walde, in: Walde/Wöhrle (Hgg.), *Schlaf und Traum*, 13.

<sup>185</sup> Ekirch, *Night's Close*.

dass die Schlafkulturforschung für mediales Aufsehen sorgen kann.<sup>186</sup> Seiner Meinung nach läge es in der biologischen Natur des Menschen, nicht in einem Block von ungefähr acht Stunden in der Nacht zu schlafen, sondern in zwei Sequenzen, die durch eine längere Wachphase unterbrochen seien. Um seine Aussage zu belegen führt er mehr als 500 vorwiegend literarische Textbeispiele der Antike bis frühen Moderne auf, in denen ausgesagt werde, dass Personen nachts aufwachen und aus Schlaflosigkeit verschiedenen Tätigkeiten nachgingen. Dabei versäumt er es jedoch, auch mögliche andere Gründe für die hier genannte „Schlaflosigkeit“ aufzuführen wie bspw. literarische oder narratologische Bedingungen, christlich-religiöse Motivationen usw.<sup>187</sup> Ekirch führt weiter aus, dass ab dem Beginn des 17. Jahrhunderts und mit der Einführung von künstlichem Licht und Kaffeehäusern die Erwähnungen über den segmentierten Schlaf aufhörten.<sup>188</sup> Er schlussfolgert, dass sich der heutige monophasige Schlafrythmus erst durch die eben genannten Modernisierungen entwickelt habe, jedoch der moderne Mensch von seiner Natur her segmentiert schlafen möchte.<sup>189</sup> Seiner Theorie nach leide heute niemand an Schlaf-„Störungen“, sondern lebe nur den „natürlichen“ Schlafrythmus aus, dem der Mensch durch die Arbeitsverpflichtungen so nicht mehr nachgehen könne.<sup>190</sup> Er führt lediglich eine wissenschaftliche Studie aus den 1990er-Jahren als Beweis für seine Theorie auf, ohne auf neuere Forschungen einzugehen.<sup>191</sup>

Steger diskutiert in ihrem Buch die geschichtlichen Hinweise auf mono-, bi- und polyphasigen Schlaf.<sup>192</sup> Sie zeigt aus der japanischen Geschichte einige Beispiele auf, die belegen, dass auch im antiken Japan ein Tag durch mehrere Wach- und Schlafphasen gekennzeichnet sein konnte. Sie führt dies jedoch nicht auf evolutionäre Gründe zurück, sondern erklärt nachvollziehbar, dass bestimmte Rituale, religiöse Vorschriften oder gesellschaftliche Normen dafür verantwortlich sein können – kurz: dass die Kultur das Schlafverhalten beeinflusst.<sup>193</sup>

Der Schweizer Borbély stellte 1984 die Theorie auf, dass jeder Mensch während seiner Adoleszenz entwickelt gleichzeitig die evolutionäre Entwicklung der drei existierenden Schlafrythmen durchlebt: Neugeborene schlafen anfangs polyphasig, ab dem Beginn der Pubertät wechseln sie in einen biphasigen Schlaf (Mittagsschlaf und nächtlicher Schlaf), um schließlich im Erwachsenenalter in einen monophasigen Rhythmus überzugehen.<sup>194</sup>

Gemäß modernen anthropologischen Erkenntnissen begann die evolutionäre Hinwendung zum monophasigen nächtlichen Schlaf bereits im Neolithikum (ca. 10.000 v. Chr.) oder früher.<sup>195</sup> Die Erkenntnisse basieren größtenteils auf Knochenfunden und dem Schlafverhalten von Affen, insbesondere Schimpansen, da diese in etwa dem gleichen Biorhythmus wie der Mensch unter-

<sup>186</sup> Seiner These nach werden „moderne Schlafprobleme“ erst dadurch verursacht, dass der Mensch sich zwinge, in einem Block von 8 Stunden in der Nacht zu schlafen. Als weitreichende Konsequenzen nehmen Befürworter seiner Theorie an, dass der Anstieg von Stress, Depressionen, Alkohol- und Drogensucht auf unseren „unnatürlichen“ Schlaf – den wir seit Beginn der industriellen Revolution ausüben – zurückzuführen sei. Dies kann im schlimmsten Fall zu Falschdiagnosen und Falschmedikationen führen. Siehe für das mediale Aufsehen z. B. New York Times (Randal, in: New York Times vom 22.09.2012), BBC (Hegarty, in: BBC Magazine vom 22.02.2012), The History Channel (Episode 103 Afraid of the Dark, Juli 2010) u. v. m.

<sup>187</sup> Siehe dazu auch Walde, in: Walde/Wöhrle (Hgg.), Schlaf und Traum, 14.

<sup>188</sup> Ekirch, Night's Close, 304. Die medizinische Forschung lehnt seine Thesen strikt ab. Dagegen argumentieren bspw. Yetish et al., in: Curr Biol 25/21, 2015, 2862–2868 vehement, die das Schlafverhalten von drei präindustriellen Gesellschaften untersucht haben und dabei keine Anhaltspunkte für einen biologisch bedingten segmentierten Schlaf vorgefunden haben.

<sup>189</sup> Ekirch, Night's Close, 304.

<sup>190</sup> Ekirch, Night's Close, 304.

<sup>191</sup> Er bezieht sich auf Wehr, in: JSR 1/2, 1992, 103–107; Ekirch, Night's Close, 304. Siehe auch Yetish et al., in: Curr Biol 25/21, 2015, 2862–2868.

<sup>192</sup> Steger, (Keine) Zeit zum Schlafen, 124–139; Brunt/Steger, in: Brunt/Steger (Hgg.), Night-Time, 15–19.

<sup>193</sup> Steger, (Keine) Zeit zum Schlafen.

<sup>194</sup> Borbély, Geheimnis des Schlafs, 49.

<sup>195</sup> Thorpy, in: EOSSD, 2010, s. v. History of Sleep and Man, 17; Morin/Espie, Handbook of Sleep, 1.

liegen. Das bedeutet, dass die Menschen im alten Ägypten einen ähnlichen Schlaf-Wach-Rhythmus wie der moderne Mensch besessen haben müssten (siehe dazu Kapitel 5.7). Zudem haben Forschende des European Molecular Biology Laboratory (EMBL) in Heidelberg 2014 herausgefunden, dass der zirkadiane Rhythmus (24-Stunden Rhythmus) bereits vor 700 Millionen Jahren Einzug in unsere Evolution nahm und dadurch der Startschuss für die Möglichkeit des monophasigen Schlafens gelegt wurde.<sup>196</sup> Die Frage, wie eine Kultur ihren individuellen Tagesrhythmus und damit auch den Schlafrhythmus gestaltet, hängt daher maßgeblich an Faktoren wie Arbeitsbelastung, Klima/Temperatur, den Lichtverhältnissen, Ritualhandlungen usw. Evolutionär erscheinen zudem Wachphasen während der Nachtzeit als kontraproduktiv, da bspw. die menschlichen Augen keine besonderen Sehfähigkeiten für die Nacht besitzen.<sup>197</sup>

Zusammenfassend lässt sich zu der aktuellen Diskussion um die vier Schlafrhythmen festhalten, dass mono-, bi- und polyphasiger Schlaf möglich sind und gleichwertig nebeneinander existieren können, jedoch die soziokulturellen Bedingungen für die Wahl des jeweiligen Rhythmus verantwortlich sind.<sup>198</sup> Die Wahl eines Schlafrhythmus muss nicht zwangsläufig das ganze Leben über bestehen bleiben, sondern kann sich den jeweiligen Lebensgegebenheiten anpassen, z. B. bei Schichtarbeit. Der von Ekirch anhand literarischer Quellen der Antike und frühen Moderne postulierte segmentierte Schlaf als evolutionär „richtiger“ Rhythmus kann somit wissenschaftlich nicht bestätigt werden.

Richter untersuchte 2001 die Darstellung des Schlafes in Texten der altchinesischen Literatur.<sup>199</sup> Ihr Hauptaugenmerk liegt zunächst auf einer lexikologischen Untersuchung aller Belegstellen aus dem Wortfeld Schlaf vom dem 5. Jahrhundert v. Chr. bis zum 3. Jahrhundert n. Chr.<sup>200</sup> Darauf aufbauend rekonstruiert sie die Phänomene und Konzepte, die ihrer Meinung nach mit dem Schlaf in Verbindung stehen. Sie unterteilt diese in natürliche, gesellschaftliche und psychologische Phänomene.<sup>201</sup> Zu ihrer literarischen Auswertung merkt Richter an, dass Erwähnungen über den Schlaf fast ausschließlich ein rhetorisches Mittel darstellen und eher weniger über den tatsächlich stattgefundenen Schlaf preisgeben.<sup>202</sup>

Im Bereich der Altorientalistik verfasste Steinert<sup>203</sup> einen Beitrag zu den Phänomenen des Schlafes in der altmesopotamischen Überlieferung. Ihre Betrachtung umfasst dabei sowohl sumerische als auch akkadische Literatur sowie ausgewählte flachbildliche Darstellungen. Neben einer kurzen lexikologischen Untersuchung rekonstruiert sie verschiedene Konzepte des Schlafes und vergleicht sie mit antiken griechischen sowie teilweise ägyptischen Vorstellungen. Interessant ist, dass der Schlaf im Akkadischen metaphorisch mit einer Flüssigkeit und auch einem Windhauch assoziiert werden konnte, die sich über den Schlafenden ergießen.<sup>204</sup> Dieses Konzept findet sich nach Steinert ebenfalls in der griechischen Literatur, in der Schlaf ebenfalls als Flüssigkeit oder feuchter Nebel/Dunst wahrgenommen wurde.<sup>205</sup> In ihrer Rekonstruktion geht sie sowohl auf die als positiv wahrgenommenen Aspekte des Schlafes als auch auf die negativen ein. So

<sup>196</sup> Siehe Zimmer, in: New York Times vom 02.10.2014; Cline, in: Psychology Today vom 03.03.2009.

<sup>197</sup> Als Anhänger von Ekirchs Theorie argumentiert bspw. Green, dass ein leichter Nachtschlaf, der durch Wachphasen gekennzeichnet sei, evolutionär für eine ständige körperliche Alarmbereitschaft sprechen könne, siehe Green, in: in: Green/Westcombe (Hgg.), Sleep, 295.

<sup>198</sup> Steger, in: Green/Westcombe (Hgg.), Sleep, 74, 83. Siehe auch Klösch/Hauschild/Zeitlhofer, Ermüdung und Arbeitsfähigkeit, 159–162, die zwar Ekirch anführen, aber die kulturellen Faktoren betonen und nicht evolutionäre Gründe aufzuführen.

<sup>199</sup> Richter, Bild des Schlafes.

<sup>200</sup> Richter, Bild des Schlafes, 12.

<sup>201</sup> Richter, Bild des Schlafes.

<sup>202</sup> Richter, Bild des Schlafes, 211.

<sup>203</sup> Steinert, in: Shehata et al. (Hgg.), Festschrift Groneberg, 237–287.

<sup>204</sup> Steinert, in: Shehata et al. (Hgg.), Festschrift Groneberg, 241–242.

<sup>205</sup> Steinert, in: Shehata et al. (Hgg.), Festschrift Groneberg, 242, Anm. 42.

konnte der Schlaf einerseits zur Beruhigung eines Kindes eingesetzt werden, z. B. in Form eines Schlafliedes, in dem der personifizierte Schlaf direkt angesprochen wird, während andererseits Schlaflosigkeit als göttliche Strafe für Vergehen und Verbrechen angesehen wurde.<sup>206</sup> Ähnlich wie in Ägypten – allerdings anders als im antiken Griechenland – gab es in Mesopotamien keine göttliche Entität mit einer Zuständigkeit für den Schlaf.<sup>207</sup> Die metaphorische Verbindung zwischen Schlaf und Tod scheint ein wichtiger Aspekt des mesopotamischen Schlafkonzeptes gewesen zu sein. Interessanterweise spielte nicht nur das Bett als Ruhestätte des Toten, sondern auch das Sitzen oder Hocken auf einem Stuhl eine wichtige Rolle beim Übergang ins Jenseits.<sup>208</sup> Als ein entscheidendes Ergebnis ihrer Quellendiskussion stellt Steinert fest, dass die Menschen, die hart arbeiten mussten, einem Rhythmus von Wachen und Schlafen unterworfen waren, während die von der Arbeit befreiten Götter das Privileg hatten, ewig ruhen zu dürfen.<sup>209</sup> Diese göttliche Ruhe konnte gestört werden, musste aber wiederhergestellt werden. Es sind entweder andere Götter, die diese Ruhe durch einen Konflikt aus dem Gleichgewicht bringen oder aber (laute, lärmende) Menschen.<sup>210</sup> Weiter hält Steinert fest, dass der Schlaf in den Texten als ein Kriterium zur Charakterisierung von verschiedenen Wesen verwendet werden konnte – dadurch treffen das Ideal der Aktivität und der Schlaf als göttliches Privileg zusammen.<sup>211</sup> In Mesopotamien wurden Betten nicht nur zum Schlafen genutzt, sondern auch zum Repräsentieren bei offiziellen Anlässen, zum Thronen und Essen (vgl. „zu Tisch liegen“ und dazu bspw. B.7).<sup>212</sup>

In etwa zeitgleich zu Steinerts Artikel erschien auch im Reallexikon der Assyriologie und vorderasiatischen Archäologie (RIA) der Eintrag zum Stichwort „Schlaf“ von Guinan.<sup>213</sup> Er beschreibt hierin zunächst die sumerische und akkadische Terminologie sowie die Kontexte, in denen das Schlafvokabular gebraucht werden. In der einzigen sumerischen Quelle wird der Schlaf bspw. ähnlich wie auch in den akkadischen Belegen als eigenständige und von außen über den Schlafenden kommende Kraft konstruiert. Als besonders prägende Elemente des Schlafkonzepts akzentuiert er den göttlichen Schlaf und die sprachliche Beziehung von Schlaf und Tod. Guinan stellt ganz im Sinne der Schlafkulturforschung fest: „Mesopotamian and modern conceptions of sleep are products of different socio-cultural and intellectual contexts.“<sup>214</sup>

Rezent fasst auch Dällenbach die bisher erschienenen Studien zum Schlaf und seiner Konzeption in mesopotamischen Zeugnissen zusammen.<sup>215</sup>

Der Soziologe Curry stellte in seinem Werk „Daily Rituals: How Great Minds Make Time, Find Inspiration, and Get to Work“ auf Grundlage von schriftlichen Quellen den Tagesrhythmus von 151 internationalen Schriftstellern und Künstlern zusammen, um zu zeigen, inwieweit sich

<sup>206</sup> Steinert, in: Shehata et al. (Hgg.), Festschrift Groneberg, 244–246. Siehe zu mesopotamischen Wiegenliedern zudem Farber, Schlaf, Kindchen schlaf mit weiteren Verweisen; siehe zum göttlichen Schlaf in Mesopotamien auch Batto, in: Biblica 68, 1987, 153–176; Mrozek/Votto, in: Biblica 80, 1999, 416–418; Oshima, in: Studia Mesopotamica 1, 2014, 271–289; Dällenbach, Schlaf und Schlaflosigkeit im Alten Testament, 99–111 mit jeweils weiteren Verweisen.

<sup>207</sup> Steinert, in: Shehata et al. (Hgg.), Festschrift Groneberg, 248.

<sup>208</sup> Steinert, in: Shehata et al. (Hgg.), Festschrift Groneberg, 251–252. Nach Westendorf, Darstellungen des Sonnenlaufes, 53, 55, steht auch im alten Ägypten das Sitzen als Haltung des aufgeweckten Osiris für einen Zustand zwischen Tod sein (= Liegen) und Leben (= Stehen).

<sup>209</sup> Steinert, in: Shehata et al. (Hgg.), Festschrift Groneberg, 273, 276.

<sup>210</sup> Steinert, in: Shehata et al. (Hgg.), Festschrift Groneberg, 273–274. Vgl. zum ägyptischen Tabu einen Gott zu wecken Meyer-Dietrich, in: Meyer-Dietrich (Hg.), Laut und Leise, 139–140; Quack, in: Grund/Krüger/Lippke (Hgg.), Festschrift Janowski, 575, Anm. 94.

<sup>211</sup> Steinert, in: Shehata et al. (Hgg.), Festschrift Groneberg, 244–273, 276.

<sup>212</sup> Steinert, in: Shehata et al. (Hgg.), Festschrift Groneberg, 266–267. Zu mesopotamischen Modellbetten siehe Kapitel 3.2.

<sup>213</sup> Guinan, in: RIA XII, 2011, s. v. Schlaf, 195–202.

<sup>214</sup> Guinan, in: RIA XII, 2011, s. v. Schlaf, 195.

<sup>215</sup> Dällenbach, Schlaf und Schlaflosigkeit im Alten Testament, 85–125.

die Tagesabläufe der großen Genies unterschieden bzw. ähneln.<sup>216</sup> Darauf aufbauend erstellte das New York Magazin eine Infografik aus 27 der von Currey erwähnten Künstlern.<sup>217</sup> Zu sehen ist, dass die meisten einen durchgehenden Schlaf von ca. acht Stunden präferierten und das Vorurteil des nachts arbeitenden Künstlers, der ohne viel Schlaf auskommt, weitgehend ausgeräumt werden kann.

An geeigneter Stelle der vorliegenden Arbeit werden in den auswertenden Kapiteln diachrone und synchrone Vergleiche zu anderen Kulturen gezogen, um auf eine mögliche Universalität, Spezifität und Tradierung von Konzeptbestandteilen einzugehen.

### 1.2.3 *Müdigkeitsforschung*

Der Begriff Müdigkeitsforschung wird hauptsächlich im medizinischen Bereich verwendet, um eine messbare Abnahme der Fahrtüchtigkeit aufgrund von Übermüdung zu beschreiben.<sup>218</sup> Zudem existiert das äußerst kleine Feld der Müdigkeitsforschung, in dem Müdigkeit als sozio-kulturelles Phänomen beleuchtet wird. Besonders im deutschsprachigen Raum wurde das Mikroforschungsfeld durch Handkes Essay „Versuch über die Müdigkeit“<sup>219</sup> geprägt.<sup>220</sup> In diesem literarischen Werk befragt sich der Schriftsteller über seine persönlichen Erfahrungen und Beobachtungen und deckt sowohl negative wie auch positive Empfindungen von Müdigkeit auf, die er während seines Lebens verspürte.

In Ausgabe 01/2013 der Zeitschrift „figurationen“ mit dem Titel „Müdigkeit/Fatigue“ wird Müdigkeit durch verschiedene Beiträge in einen zeitgenössischen kulturwissenschaftlichen Diskurs eingebettet. So wird bspw. der im 19. Jahrhundert geprägte metaphorische Begriff der Materialermüdung für leblose Gegenstände historisch untersucht<sup>221</sup> und Müdigkeit als Phänomen mit einer gesellschaftlichen Funktion<sup>222</sup> verortet.

Erstmals legte im Jahr 2020 Vigarello mit seiner „Histoire de la fatigue“ ein umfassendes Werk in der geschichtswissenschaftlichen Müdigkeitsforschung vor.<sup>223</sup> Der Autor untersucht in vorwiegend französischen Quellen vom Mittelalter bis zur Moderne die Wahrnehmung von und den Umgang mit Müdigkeit sowie Stress, Burn-Out-Symptomen und körperlicher Belastung. Im Mittelalter wurde Müdigkeit bspw. nur im Zusammenhang mit den ermüdeten Körpern von Kämpfern und Reisenden erwähnt, wie bspw. Pilgern, die auf langen Unternehmungen psychisch und physisch litten, um ihr Seelenheil zu finden.<sup>224</sup> Im 17. Jahrhundert waren es dann die Tuchmacher und weitere Anhänger angesehener Berufsstände, die über Müdigkeit klagten, wie in den von Madame de Maintenon beschriebenen „Les fatigues de la cour“.<sup>225</sup> Die Müdigkeit der Arbeiter manifestierte sich erst im 19. Jahrhundert als häufiges literarisches Topic, unter anderem in den Romanen von Émile Zola.<sup>226</sup>

<sup>216</sup> Currey, Daily Rituals.

<sup>217</sup> Feifer, in: New York Magazin vom 06.06.2014.

<sup>218</sup> Autohersteller nutzen diesen Begriff zudem bei der Beschreibung von Fahrassistentensystemen, die Müdigkeit erkennen sollen, um Unfälle zu verhindern.

<sup>219</sup> Handke, Versuch über die Müdigkeit.

<sup>220</sup> Siehe Wagner, in: figurationen. gender literatur kultur 14. Jahrgang 01/2013, 2013, 65–74, der sich mit der Hinwendung Handkes zum Thema Müdigkeit beschäftigt hat.

<sup>221</sup> Fehlmann, in: figurationen. gender literatur kultur 14. Jahrgang 01/2013, 2013, 83–92.

<sup>222</sup> Maasen, in: figurationen. gender literatur kultur 14. Jahrgang 01/2013, 2013, 35–54.

<sup>223</sup> Vigarello, Histoire de la fatigue.

<sup>224</sup> Vigarello, Histoire de la fatigue, 23–33.

<sup>225</sup> Vigarello, Histoire de la fatigue, 72–74.

<sup>226</sup> Vigarello, Histoire de la fatigue, 216–218.